



ヨーガ教室 ~心も体もすっきり!~



ヨーガを気軽に体験できるチャンス!
ぜひ一度体験してみてください!

初心者の方大歓迎です!



開催日

1月29日(水)

13:00~

(Zoom 配信のみ開催)

対面・Zoom 配信での参加は予約不要です。
Zoom ID は、開催日の前週金曜日と当日に
大学のメールで送信します。
ご自由にご参加ください。

参加無料
当日参加OK

好きな時間で自由に
入室・退室OKです!

心身の健康増進を目指し、
専門講師をお迎えし、ヨーガクラスを開催しています。

<お問い合わせ先>

保健管理センター

TEL : 058-293-2173 (平日 : 8:30~17:00)

E-mail : hokencen@t.gifu-u.ac.jp

ヨーガ講師 石垣 倫子 先生

