

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

3月12日(水) 13:00~
(Zoom 配信のみ開催)

3月26日(水) 12:30~
(対面+ZOOM 開催)

対面・Zoom 配信での参加は予約不要です。
Zoom ID は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!



ヨーガ講師 石垣 倫子 先生

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