

ヨガのお誘い

- ✓興味はあるけどやったことがない
- ✓体が硬くて無理
- ✓ゆがみが気になっている
- ✓頭痛にいらしい
- などなど

迷っている方、一度参加してみてください
初心者向けの講座です
自分の身体の声を聞いてみましょう



日 時： 6月21日（水）10:10～11:10
場 所： 屋内運動場・課外活動施設5階 武道場
服 装： 動きやすい服装で来てください
持ち物： タオル、飲み物

申 込： 6月20日までに学生相談室で直接お申込みください
または yogag@tufs.ac.jp まで

連絡先： 学生相談室 042-330-5560
開室時間 月～金10:00～17:00

シリーズ第3弾
** 予告 **
酒粕パック作り
(7月中旬)