

Morning Yoga.

伊都センターゾーン
総合体育館内

館内玄関のホワイトボードに掲示

スタート!!

2024年 4月10日～12月25日

時間：7時25分～8時5分

いつでも、途中からでも参加OK!

(毎週水曜日開催)

講師：高杉 龍元 (Ryugen)

福岡県福岡市出身 (糸島市在住)

インド・マイソールにあるAshtanga

yoga research institute へ4度訪問。

アシュタンガヨガの正式指導者

(Authorization Level 2) 取得

【申込方法】 E-learningシステム[Moodle] QRコードより自己登録

ヨガマット貸出あり



参加費無料!

毎月のスケジュールや最新情報はMoodleでお知らせします!

昨年は教職員、学生や留学生もたくさん参加してくれました。

今年もたくさんの参加者をお待ちしています!

キャンパスライフ・健康支援センター

(担当：岸本、高柳)



【注意事項】 ★教室での事故・トラブルには一切の責任を負いかねますのでご了承ください