

はじめてのヨガ

ゆるヨガ

「ヨガを体験してみたいけどなかなか機会がない」「初めてなので参加するのが不安」「私にできるかわからない」そんな皆様方に向けたヨガ教室を開催いたします！
ご自宅でいつでも復習していただけるよう、簡単で覚えやすいポーズをご紹介します。
お気軽にご参加ください！



講師	カネツク アキカ 金附 明花	日本体育大学卒業 全米ヨガアライアンスRYT200資格保有 ヨガ安全指導員	
対象	一般、高校生	定員	30名(先着順)
受講料	1回 1000円 (1回毎参加可/本学教職員・学生および高校生は無料)		
前期日時	9月22日(土) 世田谷	10月28日(日) 健志台	
	10月13日(土) 世田谷	12月 9日(日) 健志台	
	11月17日(土) 世田谷		
	12月 1日(土) 世田谷		
	1月26日(土) 世田谷		
13:30 ~ 15:00			

受付期間
8/20(月) ~
1/25(金)

場所 東京・世田谷キャンパス 教育研究棟BF 3B03体育館
横浜・健志台キャンパス 第三体育館



ホームページから申込できます



<https://www.nittai.ac.jp/>

社会貢献推進事業
~公開講座等 開催のお知らせ~
CLICK

主催/日本体育大学社会貢献推進機構
主管/スポーツプロモーション・オフィス
後援/世田谷区、世田谷区スポーツ振興財団
横浜市市民局、横浜市体育協会(予定)

お問い合わせ

日本体育大学 社会貢献推進機構 スポーツプロモーション・オフィス
☎ 03-5706-0911 📠 03-5706-0981 ✉ shakaikouken@nittai.ac.jp