



# YOGA CLASS

学生・教職員 参加可能です！

## ◎5月24（水）

【ホッと一息できるヨガ】

- ① 13:10-14:40（定員8名）
- ② 14:50-16:20（定員8名）

## ◎6月28（水）

【脚の張りともくみを改善するヨガ】

- ① 13:10-14:40（定員8名）
- ② 14:50-16:20（定員8名）

## ◎7月26（水）

【猫背肩コリ・頭痛を改善するヨガ】

- ① 13:10-14:40（定員8名）
- ② 14:50-16:20（定員8名）

**場所：大学会館2階 和室**

**持ち物：動ける服装・汗拭きタオル・お水**

参加を希望される方は学生サポートセンター  
カウンセリング・サポート室までご連絡ください。

TEL: 055-220-8565

MAIL: soudanyoyaku@yamanashi.ac.jp