

心身の緊張をほぐし心の安定とやすらぎに効果

ヨガ体験をしてみませんか？

○日時：夏休み 及び 春休み 1時間半程度

○場所：健康管理センター保健室 予防接種ホール

○対象：学生限定 ○定員：10名 ○参加費：無料

○持ち物：学生証、水、ジャージなどの動きやすい服装、タオル

* 裸足で行います。30分前より健康管理センター内の更衣室を利用できます。

○申込方法：要予約

* 参加希望日の前週の金曜日17時までに学生相談室にご連絡下さい。

北里大学学生相談室 担当：田中・坂井

[TEL:042-778-9732](tel:042-778-9732)

E-mail:gakusou@kitasato-u.ac.jp

