

12月16日に
開催したヨガ
体験講座には
学生27名、
教職員12名か
ら参加いた
だきました。



【参加者の感想】
短い時間でとても満足
しました。とても
気持ちがリラックス
出来ました。音も香
りも良かったです。

【参加者の感想】
とても気持ちよく、
楽しみながら講座を
受けることができました！
家族や知り合いにも
教えてみたい
と思います！

【参加者の感想】
講師の方の指導が分
かりやすく丁寧で、
リラックスして臨む
ことができました。
継続を希望します！



ヨガ体験講座を実施しました