

2015 慶應義塾大学体育研究所

公開講座 ピラティス

【日程】 5/14(木)、21(木)、28(木) 全3回

【時間】 18:30~19:30 (受付は18:00~)

【場所】 慶應義塾大学日吉キャンパス

協生館地下1階エクササイズスタジオ

【対象】 健康・体力に関心のある方、運動不足の方、
体力向上を目指す方、ピラティスを体験してみたい方

【定員】 **先着20名**

【受講料】 2,000円※保険料含む

【講師】 板垣悦子氏(慶應義塾大学体育研究所准教授)

【内容】 カラダとココロにうれしい刺激を与えてみませんか

日頃の運動不足、ストレス発散のヒント満載でお届けします!



【申込方法】

体育研究所HP(<http://ipe.hc.keio.ac.jp/>)の**申込フォーム**より、
必要事項をご記入の上、お申込ください。

※ お申し込みが完了しますと、ご登録のメールアドレスに自動返信メールが届きます。内容を必ずご確認ください。

【受付期間】4月14日(火) 9:00~ 24日(金) 12:00まで

※ 受付期間終了後に受講可・不可のメールが届きます。

【お問い合わせ】

慶應義塾大学体育研究所 コーディネイトオフィス

TEL: 045-566-1068 (9:00~17:00 / 土日祝除く)

FAX:045-566-1089

E-mail: sports-coordinateoffice-group@keio.jp



主催：慶應義塾大学体育研究所