

スポーツ環境推進プログラム2017

ゲームで元気に！ バドミントン

月曜17:00～
講堂兼体育館

リズムに乗って
軽快に！

ズンバ

Dance × Sweat

月曜17:30～
講堂兼体育館
ロビー

楽しく体を
動かそう！

ゆっくりじんわり Yoga & Pilates

水曜17:30～
第2会議室

誰でも 参加できます！

甲南大学では、スポーツ環境推進プロジェクトとして、
全学生・全教職員が気持ちよく体を動かせる環境づくりに取り組んでいます。

プログラムの詳細は

甲南大学スポーツ・健康科学教育研究センターHPへ

<http://www.konan-u.ac.jp/laboratory/sports/j-sports/index.html>

問い合わせ・申し込み先

甲南大学スポーツ・健康科学教育研究センター
(岡本キャンパス講堂兼体育館1F南)

スポーツ環境推進プロジェクト2017前期

甲南大学では、スポーツ環境推進プロジェクトとして、**全学生・全教職員**が気持ちよく体を動かせる環境づくりに取り組んでいます。

甲南大学の全学生、全教職員が対象です。

皆さん、奮ってご参加ください！

バドミントン（担当：鷗木千加子）

みんなで気持ちよくゲームを楽しみましょう。

- 1)実施予定日と場所:授業実施期間中の月曜日、講堂兼体育館北
- 2)実施時間:17:00~19:00(片付けを含む)
- 3)定員:各回30名(要:事前申し込み。空きがあれば当日直接参加)
- 4)準備:運動のできる服装、体育館シューズ



ズンバ-Dance × Sweat-（担当：Estelle Chan-son）

音楽に合わせて体を動かす創作ダンスエクササイズです。

- 1)実施予定日と場所:授業実施期間中の月曜日、講堂兼体育館ロビー
- 2)実施時間:17:30~18:30
- 3)定員:各回15名(要:事前申し込み。空きがあれば当日直接参加OK)
- 4)準備:運動のできる服装、体育館シューズ



Yoga & Pilates（担当：水澤克子）

自分の体の声を聴きながら、丁寧に動きましょう。

- 1)実施予定日と場所:授業実施期間中の水曜日、第2会議室(3号館7階北)
- 2)実施時間:17:30~18:30
- 3)定員:各回12名(要:事前申し込み。空きがあれば当日直接参加OK)
- 4)準備:運動のできる服装、タオル、飲み物(蓋つき容器に入れる)



申し込み方法：一週間前～当日までに **スポーツ・健康科学教育研究センター事務室(講堂兼体育館ロビー南)**に申し込んでください。

問い合わせ先：スポーツ・健康科学教育研究センター事務室(講堂兼体育館ロビー南)