

# 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)