

ヨガサークル Shanti

初心者大歓迎！心も体も綺麗になりませんか？

私たちヨガサークルは、週に1回程度学内で活動しています。初心者でも安心して参加でき、体をほぐしながら心を落ち着かせる時間を大切にしています。普段の活動に加えて、文化祭ではメンバーの希望で好きなお店を出店するなど、ヨガ以外の活動も楽しんでいます。学外ではコーチを招いて太陽礼拝ヨガを行うこともあり、穏やかな雰囲気の中で仲間と楽しく活動しています。新入生の皆さんもぜひ気軽に参加してみてください♪



主なスケジュール(令和8年度)

- 4月 新入生歓迎会、レッスン
- 5月 部員顔合わせ会、レッスン
- 6月 レッスン
- 7月 //
- 8月
- 9月 レッスン
- 10月 文化祭、レッスン
- 11月 レッスン
- 12月 年納めの太陽礼拝、レッスン
- 1月 レッスン
- 2月
- 3月

主な活動結果

文化祭出店
太陽礼拝ヨガ

団体データ

主な活動日時：週に1回程度 不定期 16:40～17:40
主な活動場所：多摩キャンパス 7号館2階心理学ラボ内スタジオ
部費(令和7年度)：年額100円
部員数(令和7年度)：17名
顧問教員：八城 薫 先生
Web/SNS/E-mail：@yoga_shanti3