

鳳凰花開季-教職員免費體驗課

-緩慢流動瑜珈 (Slow Flow Yoga)

Slow Flow Yoga 用較慢的速度，作串連的瑜珈體位法練習，
動作流轉間，讓身心如呼吸吐納般的自在流暢

6/8 (五) 12:10-13:10 體育中心舞蹈教室 20人

報名網址---Q code

錄取方式:以完成線上報名順序錄取

錄取公告:體育中心網站與全校公告

主辦:體育中心 協辦:身心靈樂活社



【課程講師】Amy
YOGA Alliance RYT-200、
中華民國瑜珈協會認證教師

世界健身房、Amy Yoga、
早療協會、慈濟大學推廣、揚菁
瑜珈世界、簡善琳瑜珈老師