



건강, 아름다움까지!

# YOGA

수업으로 지친 하루의 마무리,  
요가로 피로를 풀어보세요

## PROGRAM

마음을 비우고 몸을 채우는 시간

초보자도 환영! 원하는 시간으로 교차수강 가능! 함께하는 힐링 요가

- **일 정** 5/12 ~ 6/4 매주 화, 목요일(주 2회 / 총 8회)  
1차 : 19시~19시 50분 / 2차 : 20시 ~20시 50분  
교차수강 가능(ex 1차 신청자가 2차 수업 수강)
- **장 소** 제3기숙사 세미나1실(여학생 대상, 1기숙사생 수강가능)  
※ 강의실 내 요가매트 구비되어 있음(개인 지참도 가능)
- **정 원** 20명(회차 별 10명)
- **신청방법** 네이버 폼(QR코드 스캔) 신청
- **신청기간** 2026. 5. 8(금) 오후 12시 ~ 5. 11(월)
- **강 사** 박다정(요가지도자 자격 보유, 출강 이력 다수)



수강자 상점 2점,   
비교과마일리지 (시간 당 5점) 제공