

●11月10日(月)、2・3年生合同で、健康に関する講座「ペアトレ」が行われました。ペアトレリズムLab.、株式会社Stone Bigの大石崇之先生が講師を務めてくださいました。
 主な内容：「自分の体を知ること」「体の使い方を学び、効率的にパフォーマンスをアップさせること」



