

HOHOHAHAHA



笑

い ヨガ

体験教室

9/1
受付開始

笑いが心や体を健康にする効果については、広く知られています。
「笑いの体操」と「ヨガの呼吸法」を合わせた「笑いヨガ」は、面白くなくても笑える方法です。笑える90分を体験してみませんか？

11/20(金)

10:00~11:30

講師

Loughter Yoga

International University認定

笑いヨガティーチャー

大野 ミチル 氏

実費：500円

定員：15名

動きやすい服装で
タオルと水分等をご持参ください。

事前にTELまたはFAXにてお申込ください。キャンセルされる場合はご連絡ください。

開催場所
申込み
問合せ大分県社会福祉介護研修センター
(大分市明野東3-4-1)

TEL 097-552-6888 FAX 097-552-6868

きりとり

氏名 (ふりがな)

電話番号 (日中連絡のとれる番号)