

健康体操 笑いヨガ

笑いは免疫力を上げます

気分を爽快にしてくれます

医師が考えた健康法です

世界中で人気上昇中です

ストレス解消☆ 体力向上☆



山鼻 笑いヨガ クラブ

日時 毎月第2水曜日 10時～11時半

4/9 . 5/14 . 6/11

7/9 . 8/13 . 9/10

参加費 1回 500円

持ち物 動きやすい服装・水分補給の飲み物

笑って元気になりましょう!

《お問い合わせ》 笑いヨガティーチャー すみかわ郁子

電話 080-1863-7651