

参加者募集!



笑いヨガ

笑いヨガは笑いの体操とヨガの呼吸法を合わせた誰でもできる笑いの健康法です。経験、年齢、性別を問わず、どなたでもお気軽に参加できます!

笑いヨガ

日時 第2・4 土曜日

14時から1時間半程度

参加費 無料

場所 野上公民館 ホール



○ 申し込み方法

TEL 0973-77-6810 (伊東)

mail nogami.community.center@gmail.com

(主催)笑いヨガサークル (共催) 野上公民館

