

笑わらいたいそうヨガこきゅうほうでくあ リじゅんかつゆフにんげんかんけいレゆたッあシうんどうほうュあ!

笑いヨガは、「笑いの体操」と「ヨガの呼吸法」を組み合わせた運動法です。

コミュニケーションの潤滑油として人間関係を豊かなものにしてくれます。

日 時 平成29年7月12日(水)、9月13日(水)、11月8日(水)

13時30分～15時(全3回)

場 所 けやき体育館 2階 教養室

講 師 日本笑いヨガ協会インストラクター 小野 義廣 先生

対象・定員 市内在住・在勤・在学の障害のある方 16人(小学生以上)

申込期間 平成29年6月15日(木)～7月5日(水)



お申し込みはけやき体育館窓口、電話、FAX までどうぞ!! ※7月3日は休館日です。

相模原市中央区富士見6-6-23 電話 042-753-9030 FAX 042-769-1200

相模原市立けやき体育館 けやき食堂もぜひご利用ください!