

笑って元気！ 笑いヨガ講座

笑いヨガは大人も子どもも楽しむことができるかんたんな健康体操です。
「日頃の健康が気になる」「リフレッシュしたい」という方におすすめです。
みんなで一緒にわっはっはと笑い、心と体をリフレッシュしませんか。

5/16 (土) 10:00~11:30



場所 市役所本庁くにびき大ホール

(出雲市今市町70)

備考 動きやすい服装・飲み物持参
子ども同伴可

定員 50名 **受講料** 1000円

講師 笑いヨガティーチャー
青木 しのぶさん
吾郷 美晴さん

締切 5/7 (木)



出雲市役所 市民活動支援課 (〒693-8530 出雲市今市町70)

TEL:0853-21-6528

FAX:0853-21-6299

メール: gakushu@city.izumo.shimane.jp

しまね電子申請サービス

