

参加費
無料

誰にでもできる簡単な健康体操

笑いヨガ講座

ヨガと言う名前ですが、難しい動きではありません。みんなでわっはっは！！
心と身体の変化を体感してみませんか？

申込
締切
5/8

5月18日 土

10:00~11:30

会場

市役所本庁くにびき大ホール

定員 50名

飲み物持参 動きやすい服装

講師

笑いヨガティーチャー
青木しのぶさん

笑いヨガティーチャー
吾郷美晴さん



〒693-8530 島根県出雲市今市町70

主催：出雲市市民活動支援課

☎0853-21-6528 FAX:0853-21-629

✉gakushu@city.izumo.shimane.jp

しまね電子申請

