

笑いヨガ



笑ってストレス解消&免疫力UPで健康寿命を延ばしましょう！病気になるにくい体づくりが大切です。
初心者の方向けの講座ですのでお気軽にご参加ください。



【日程】令和3年10月25日～令和4年2月28日

〈月曜日 全8回〉

【時間】13:15～14:30

【場所】5階ラウンジ

【講師】一般社団法人岡山県笑いヨガ協会

万代 京央子 先生

【受講料】5,040円

【定員】13名

【締切】令和3年10月15日（金）必着

日程	
10月	25
11月	8・22
12月	13・27
1月	24
2月	14・28

.....申込書（FAX や来館でのお申込みにご利用ください）.....

講座名	笑いヨガ	新規・継続	(ふりがな) 氏名		年齢	才
住所	〒		TEL			

※裏面「講座のお申込みについて」を必ずご一読の上、ご応募くださいますようお願い申し上げます。
※講座をお申込みいただく際の個人情報は講座運営上、必要な資料作成（名簿・名札等）、ご連絡、利用統計、担当講師への情報提供に利用させていただきます。

※新型コロナウイルス感染拡大防止の取組により、講座が延期もしくは中止になる場合があります。