

回覧

たっちゃん
の
笑いクラブ

平野台公民館



笑 う 体 操

第2水曜日 10:00~11:00

第1回目 3月11日 スタート!

楽しく
有酸素運動!

幸せホルモンを
体内に作り出す!

免疫システムの
強化 NK細胞の
活性化!

ストレスホルモンの
低下
痛みの軽減!

笑い
ヨガ

心身をリフレッシュしませんか!

★開催場所

大野城市平野台公民館(大野城市平野台1丁目20-7)

★参加費

500円

★連絡先

ラフターヨガ インストラクター

野田たつ枝 (ラフターヨガ・インターナショナル認定ティーチャー)

携帯 090-5280-5175

☑1858noda@gmail.com



※ご参加の際はご連絡ください。

※笑いヨガは有酸素運動です。体調に不安を感じる方は医師とご相談の上、ご参加ください。



NPO法人 ラフターヨガジャパン賛助会員 (賛 250116)

Laughter Yoga Japan