

たっちゃんの
笑いヨガクラブ

牛頸公民館

第2学習室



笑

う

体

操

第3水曜日 9:15～10:15

第1回目 9月17日 スタート!

楽しく
有酸素運動

笑い
ヨガ

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

心身をリフレッシュしませんか!

★開催場所

大野城市牛頸公民館 (大野城市牛頸 1357)

★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。



Laughter Yoga Japan

NPO法人 ラフターヨガジャパン賛助会員 (賛 250116)