



笑いヨガクラブ

にっこり~~あはは~~
体がゆるみ
微笑みがひろがるう~~
息を吐くときの気持ちよさ
息を吸うときの気持ちよさを
味わって~\(^-^)/
ゆ~ったり

東園田わははの会

会場 園田地区会館 大広間
(尼崎市東園田町4-12-4)

阪急園田駅から北西へ徒歩8分

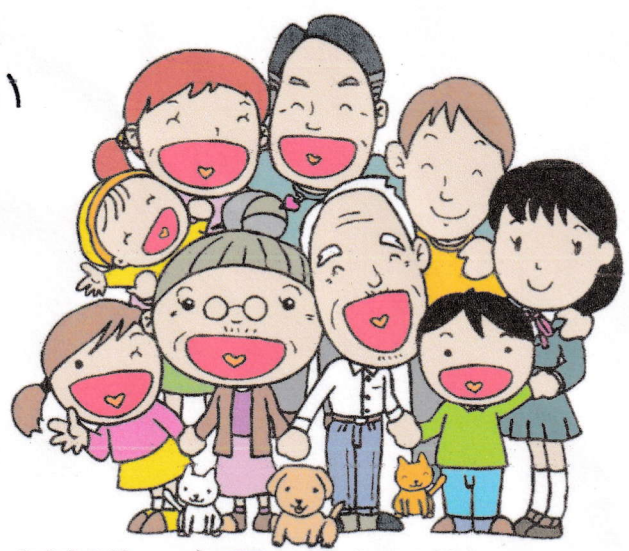
毎月第2・第4木曜日
10:00~11:30 (11:45)

12月	1月	2月	3月	4月
14日	11日	8日	8日	12日
28日	25日	22日	22日	26日

1回1回完結・参加費ひとり 500円
こどもさんも一緒にどうぞ (無料)
お水・汗拭きタオルをご用意ください
予約はなくても参加できます

☆笑いヨガの効能

- ①新鮮な酸素の供給
- ②免疫力を向上させる
- ③幸福感をアップさせる
- ④感情の開放をします



主宰者 (連絡先・お問い合わせ先)

Laughter Yoga International University 認定

ラフタ~ヨガ ティチャ~

おぎ いくこ 090-1917-8194

Laughter Yoga International University 任命

ラフタ~ アンバサダ~

ラフタ~ヨガ リ~ダ~

つばい きょういち 080-4978-8183