

インダス ヨガ サティヤ Laughter Yoga

笑う門には福来る！

笑わらい ヨガ

2020年2月8日(土)

いっぱい笑って免疫力アップ、脳活性！心も体も若返りしましょう！

笑いとヨガの呼吸法を合わせたユニークな健康法講座です。

講師：岡田 緑 (インダスヨガサティヤ代表)

時間：10時30分から11時30分

場所：富田林市市民会館 2階展示室
(レインボーホール)

持ち物：飲み物、タオル、動きやすい服装で

参加費：500円

(当日1階事務所にてお支払くださいませ)

定員：先着20名

問合せ：市民会館事務室

0721-25-1117

主催：富田林市市民会館

参加申し込み書

氏名

電話

たくさん笑って、
招福！

