

令和7年度 前期市民スクール（中瀬協働センター）

「ラフター（笑い）ヨガで超免疫力アップ！」

「ラフター（笑い）ヨガ講座」に応募された方は、全員受講することが出来ます。

応募された方は、受講する旨を中瀬協働センターに5月10日までに必ず連絡して下さい。

TEL：053-588-2245

（5月3日～6日を除く、8:30～17:15）

6月5日（木曜日）の10：00からが、初回の講座になります。

動きやすい服装、フェイスタオル、筆記用具と水分補給用の飲み物をお持ち下さい。