

お知らせ

令和6年11月15日

一般社団法人岡山県笑いヨガ協会
代表理事 万代 京央子
電話 090-8249-6360

第15回健康講座 笑いヨガ免疫UP!大会 in 倉敷 健康おかやま21協賛事業を実施します

一般社団法人岡山県笑いヨガ協会による第15回健康講座笑いヨガ免疫UP!大会 in 倉敷が開催されますので、お知らせします。

なお、この事業は、健康おかやま21協賛事業(第187号)に認定されています。

記

1 事業名

第15回健康講座笑いヨガ免疫UP!大会 in 倉敷

2 主催

一般社団法人岡山県笑いヨガ協会

3 趣旨

「笑いの体操」と「ヨガの呼吸法」を組み合わせで行う「笑いヨガ」は新鮮な酸素が多量に取り込まれる為、健康と活力を実感出来ます。

笑いヨガと健康講話により笑うことの健康効果体験と健康の知識を得て、免疫力のUPを目指します。

4 日時・場所

日時：令和7年2月23日(日) 13:30~16:00

場所：倉敷市芸文館(202会議室)

(倉敷市中央1丁目18-1)

5 参加方法

当日、会場で受付します。(参加費：1500円)

6 問い合わせ先

一般社団法人岡山県笑いヨガ協会

Tel 090-8249-6360