

VS 山形県米沢市

2019年度 宇部市文化創造財団 健康文化事業

チャレンジデー 2019 in UBE 笑いヨガで元気にワハハ

日時：2019年5月29日(水) 9:30 受付 10:00 開始

会場：宇部市渡辺翁記念会館 1階ロビー (宇部市朝日町8番1号)

協力：大下 俊博 (笑いヨガティーチャー)、宇部市スポーツコミッション

参加方法：氏名・連絡先を電話かFAX、もしくは文化会館窓口で申込み (当日飛び入り参加OK)

主催・問合せ：宇部市文化創造財団 (TEL:0836-35-3355、FAX0836-31-7306)

参加
無料

「笑いの体操」と「ヨガの呼吸法」を組み合わせた、誰でも出来る運動です。

みんなで笑って元気にチャレンジ!!



負けられん!!

「チャレンジデー 2019 in UBE」について詳しくは

チャレンジデー特設HP(<http://ube-scjp/challengeday/>)をご覧ください。

