

～“笑い”は健康の源～

『いきいき・爆笑 健康教室』

講師：波恵ダンス・カルチャーパーク



主宰：石山波恵先生

ー心と体と脳のリフレッシュー

内容：福島市にある波恵ダンス・カルチャーパーク主宰、波恵モデルクラブ代表の石山波恵先生がイスに座って簡単な楽しい体操を教えてくださいます。

お気軽にご参加ください。



『聞いて』



『動いて』



日時

平成29年2月17日(金)

午後1時30分～2時30分

場所

健康未来24(国分内科向かい)

対象者：会員・一般の方どなたでもご参加いただけます。お待ちしております。

主催 健康未来24 お問い合わせ先 TEL0248-94-8273