

要申込み

すこやか 元気アップ 講座

～ラフターヨガ～
(笑いヨガ)

日時

2025 年

木曜日

9 月 25 日

午前10:00～11:15

参加費 無料

場所 多目的ホール

対象 50 歳以上の方

定員 60 名(申込先着)

【講師】 浜田美咲さん
(ラフターヨガティーチャー)

- ・ラフターヨガインターナショナル
ユニバーサルシティ認定
- ・ラフターヨガティーチャー・アンバサダー
- ・笑いの電話オペレーター

元気で明るくキュートな笑顔で笑いを
届けてくれますよ☆

申込み TEL 06-6418-3463

お申込みが必要です。

9月11日(木)午前 9 時から
電話にて受付いたします。



* 開催日当日、午前 9 時の時点で尼崎市に
大雨・洪水・暴風警報のいずれかが発令
されている場合は中止となります。

* 予定は変更になる可能性があります。
ご確認の上お越しください。

尼崎市立すこやかプラザ

(指定管理者 NPO 法人子どものみらい尼崎)

〒660-0052

兵庫県尼崎市七松町 1 丁目 3 番 1-502 号
フェスタ立花南館 5F

ホームページ



TEL 06-6418-3463

FAX 06-6418-3464

Mail sukoyakaplaza@nifty.com

〈開館時間〉午前 9 時～午後 5 時

〈休館日〉毎週水曜日・年末年始

(多目的ホールは水曜日も開館)

JR 立花駅

改札から 2 階通路をって南にまっすぐ

阪神バス尼崎市内線(幹線)

14・15・30・47・AD1 番 JR 立花駅(上)

43・49・50・55 番 JR 立花駅(下) 下車

南館 3・4 階に民間駐車場あり(有料)

南館周囲に民間駐輪場あり(有料)

