



市川市 大野町2丁目の森で

笑いヨガ

2026.10.31 (土)

講師は、皇居外苑笑いヨガクラブ他
多くの笑いヨガクラブで講師を務める
メーテルこと野田佳子さんです!



時 間 10:00~12:00

持ち物 飲み物、ヘルメット(レンタルあり)

参加費 どなたでも無料



森の中で大きな声でアッハッハとたくさん笑うと
木々が浄化してくれているきれいな空気が
体いっぱいに取り込まれるので心から元気になれます♡



最初は大声で笑うなんて恥ずかしい?!と
思うかもしれませんがすぐに爽快な気分になります!
ぜひ森と一緒に笑いましょう!



お申込はこちらまで

<https://forms.gle/FaEz9SEGeYSP8111A>

