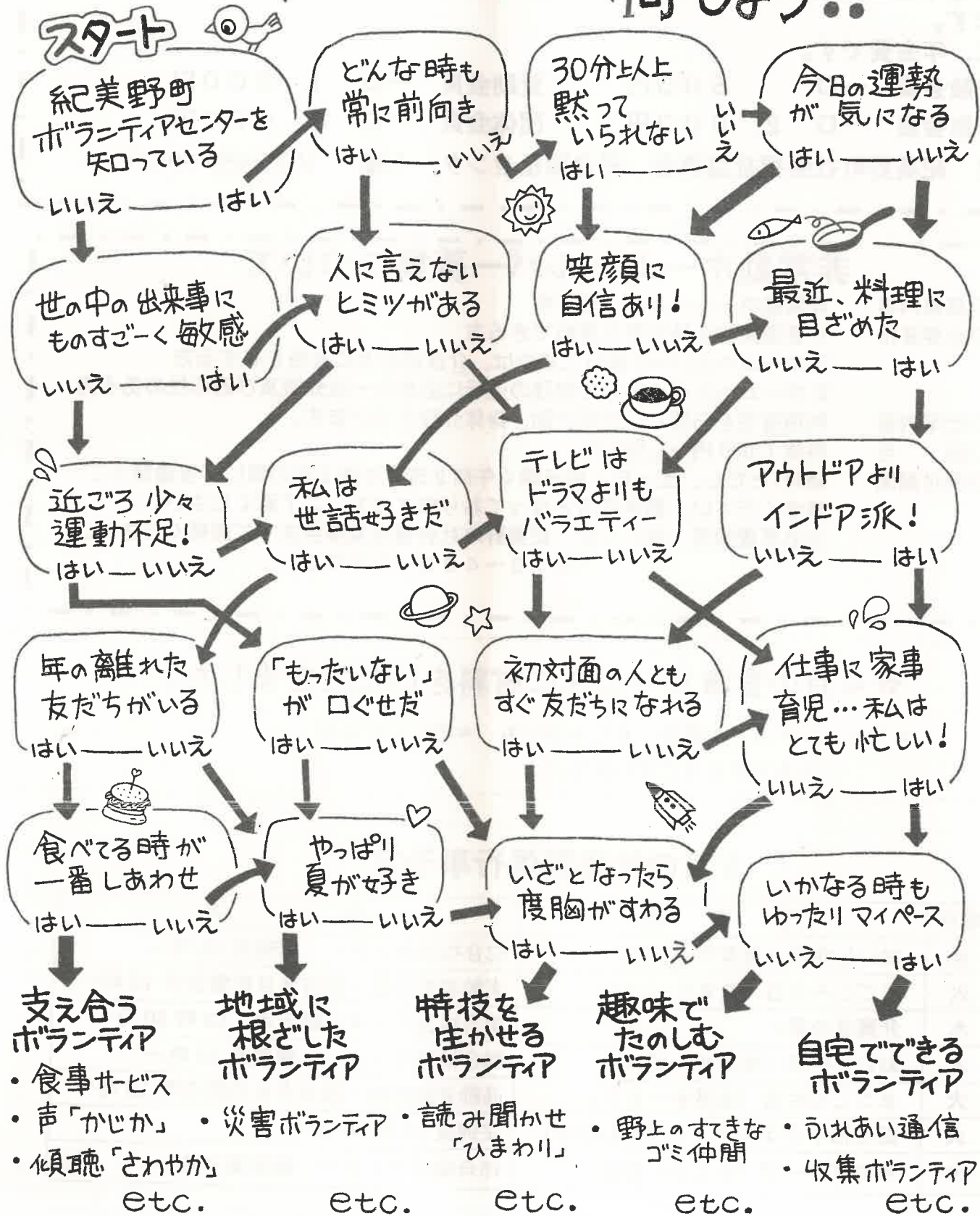


きみの は・と・ふる・たいむ

2024. 5月

ボランティア 紀美野町で 何しよう!?



手話うち

【草】(緑・緑色)



甲を前にし、指を広げて両手を交互に小さく上下して左右に離す

【林】



広げた両手掌を向き合わせ、同じ場所で交互に上下する

【森】



甲を前にし、指を広げて立てた両手を交互に大きく上下して左右に離す

2024年 ワールドラフターデー 雨天中止

- 5月5日(日) 10:00 ~ 11:00
- 和歌山城内 (伏虎像の横 広場)
- 参加費 無料
- 持ち物 飲み物・マスク自由
- 申し込み 不要
- 問い合わせ ラフターヨガ・わかやま 藤島嘉子 (090-2359-7921)



ラフターヨガ (笑いヨガ) 体験会

- ★日時 令和6年 5月20日(月) 13:30 ~ 14:30 (受付13:00~)
- 6月17日(月) 13:30 ~ 14:30 (受付13:00~)
- ★場所 和歌山県立体育館 大会議室
- ★参加費 1回 500円 (当日お支払い下さい)
- ★講師 藤島嘉子 (NPO法人ラフターヨガ・ジャパン理事)
- ★定員 20名 (先着順で定員に達した時点で受付は終了します)

不参加の場合はお電話下さい

★参加方法 電話又は体育館管理事務所に受付けますので、氏名・連絡先をお伝え下さい。



楽しくなる最高の方法は 幸せな人と一緒にいる事 (笑いは真似から始めよう!)

お問い合わせ先 TEL 073-422-4108

公益財団法人 和歌山県スポーツ振興財団

ボランティアだより

