

## 笑いヨガ(ラフターヨガ)リーダー認定講座のおしらせ

### 毎年恒例 第4回 八ヶ岳笑いヨガ(ラフターヨガ)リーダー養成講座

あなたも 笑いヨガの達人、笑いヨガの伝道師のプロフェッショナルになりませんか？

日時 2015年 6月 27日(土)28日(日)2日間

場所 長野県 八ヶ岳

受講料 笑いヨガ・リーダー資格を必要とされる方 40,000円

笑いヨガティーチャーまたはリーダーの資格を有する方 10,000円

講師 ラフターヨガ認定ティーチャー 吉見典生 & 大川 実音吏



笑いヨガ(ラフターヨガ)とは、1995年にインドの医師カタリアらが考案した笑いと深呼吸による有酸素運動です。現在70カ国以上に広がってます。笑いの体操により、心と体を健康へと導きます。笑いヨガへの導入、エクササイズ、笑いが健康に良い科学的根拠を学びます。社会、職場、家庭、日常に役立つ資格です。あなたの日常がより豊かなものになります。資格を取得することで、自分に自信がつき、社会的信用が生まれます。

お申し込みは

住所・氏名・お電話番号・メールアドレスをお書き添えの上、次へお申込み下さい。

[better\\_harpe@yahoo.co.jp](mailto:better_harpe@yahoo.co.jp)

[papi-pero@i.softbank.jp](mailto:papi-pero@i.softbank.jp)

上記は毎年恒例の八ヶ岳リーダー養成講座のお知らせです。この講座は今後50回まで続けます。

この講座の一番の特長は、すでに笑いヨガのリーダーやティーチャーは無料で参加できるということです。リーダーは、大川実音吏や吉見典生の講座で卒業した人に限らず、日本全国、いや世界のどこで育成されたリーダーでもティーチャーでも無料で参加できます。わたしたちは、年に一度、八ヶ岳の麓に集まって、笑いヨガ(ラフターヨガ)を世界中に広げていくように誓いましょう。