

顔ヨガ講座

表情筋を動かして、いきいきとした笑顔へ

顔ヨガで
笑顔の
セルフケア

講師：顔ヨガインストラクター **ありさ**

顔ヨガで期待できる効果

表情筋が鍛えられ
たるみ予防



顔のむくみ
スッキリ



血行がよくなり
くすみ改善



笑顔が自然に
素敵な印象に



気分も前向きに
リフレッシュ



日時：2026年**10月17日(土)** 10:00～12:00

会場：久喜市栗橋文化会館 2階 会議室

定員：10名 ※定員になり次第受付終了

参加費：1,500円（当日お支払い）

受付：9月11日（金）10時～10月9日（金）17時まで

※お申し込みは**お電話のみの受付となります**

持ち物：鏡（お顔全体が映る物）、筆記用具

会館ホームページ
QRコード ⇒



久喜市栗橋文化会館イリス TEL：0480-52-3221

〒349-1121 埼玉県久喜市伊坂1557

開館時間 9：00～21：30 【休館日/第3火曜日（祝日の場合は翌日）、年末年始】

主催：久喜市栗橋文化会館 企画制作：トールツリー（株式会社ケイミックスパブリックビジネス）

お問合せ
お申込み

