

春にうたう 詩吟講座

詩吟で健康に!!

詩吟は日本の伝統芸能の一つ。
腹式呼吸を使った「発声法」で、内臓の活性化や血液の循環を良好にし、新陳代謝を促します。日頃のストレスを発散させ、健康増進の効果にもつながる詩吟を、大きな声で楽しんでみませんか♪

■日 程: **3月23日(金)**

■時 間: **10:00~11:30**

■受講料: **500円(資料代込)**

■定 員: **5名**

■講 師: **岩渕 岳洲 氏**

(公益社団法人日本詩吟学院岳風会認可
盛岡吟道会 会長)

■会場・主催: **サンライフ盛岡**

お問合せ

お申込み

サンライフ盛岡

住 所: 盛岡市仙北二丁目 4-12

電 話: 019-635-9600

F A X: 019-635-9601

メー ル: sunlife@iding.org