

微笑みのちから

【サンプラザ教室のご案内】

笑いのエクササイズを活用した深い呼吸で、頑張っている私のカラダをゆるめてリラックス。安心・安全をご自分の中から汲みあげて、誰とでもなかよしになれる元氣と感謝をチャージしましょう。
あらゆる活動に応用の効く笑いの心地良さと科学的な根拠も習得できます。

開 講 日： 第1・第3 金曜日
開 講 時 間： 10:00～12:00
場 所： 札幌サンプラザ 4階 茶室
開 講 者： 中林 竜史 (なかばやし りゅうじ)

入 会 金： 1,000円(税込)
受 講 料： 1回 / 2,000円(税込)
※入会金なしで単発参加の場合 2,500円(税込)

定 員： 10名
備 考： 飲み物(任意でご持参ください)。
動きやすい服装でお越しください。



■ お問い合わせ・お申込み ■

中林 竜史 (なかばやし りゅうじ)
☎090-6698-4966

【札幌サンプラザ 文化教室】

〒001-0024 札幌市北 24条西5丁目1-1

☎ 011-758-3121/FAX 011-758-3123

公式HP: <https://www.s-sunplaza.or.jp/>▶



文化教室受講生(会員)の特典

文化教室受講者の方には会員証を発行いたします。会員証を提示していただくと下記のサービスが受けられます。

記

- 1、 レストラン利用代金の**5%割引**(お支払い時に会員証を提示)
なお、サービスセット等でご利用いただけないメニューもあります。
- 2、 文化教室ご利用時の駐車料金は、**2時間まで130円**でご利用いただけます。

(フロントで会員証を提示の上、スタンプを押印)

- 3、 ご宿泊される場合は、**ご優待料金**でご利用いただけます。
季節等により料金が異なりますので、担当者にお尋ね下さい。
- 4、 **スイミングスクールの入会金50%割引**

札幌サンプラザ文化教室 (011)－758－3121

札幌サンプラザ施設のご案内

- ◎コンサートホール (506席) ◎温水プール (25m7コース)
- ◎文化教室 (5室) ◎ご宿泊 (58室) ◎駐車場 (203台)
- ◎レストラン「アヴァン・クール」 ラウンジ「ノール・エスト・カフェ」
- ◎会議・研修、ご宴会、ご法要、ご婚礼 会場

各種ご利用お待ちしております。

札幌サンプラザ 代表TEL (011)758－3111