

南部スポーツ・コミュニティプラザ スポーツ吹矢教室(初心者向け)

スポコミ
DAY!

～ 参加要項 ～

日程	8月20日(日) 10:00～12:00
場所	1階 体育館
定員	20名
対象	小学生以上
参加費	無料 ※一般参加も可能です
講師	専門指導員 (伊藤 和矢講師)
内容	スポーツ吹矢は、「性別・年齢問わず誰でも手軽にでき、ゲーム感覚で楽しみながら健康になれるスポーツ」として注目されています。 腹式呼吸をベースにしたスポーツ吹矢式呼吸法で健康効果も高い、新しいスポーツです。
持ち物	・フェイスタオル
申込方法	受付にて事前申込制(先着順) ※電話申し込みも可 定員になり次第締め切らせていただきます。



初心者大歓迎!!

ニュースポーツやってみよう

お問い合わせ

南部 スポーツ・コミュニティプラザ

電話 03-5340-7881