

スポーツウエルネス吹矢教室

「スポーツウエルネス吹矢」は、円形の的をめがけて矢を放ち、得点を競います。年齢性別を問わず誰でも手軽に楽しみながら健康になれるスポーツです。

胸式・腹式呼吸をベースとしており、精神集中と健康管理ができます。

【日 時】 8月23日(日)
午後 1 時半～3 時半



【会 場】 東公民館 多目的ホール

【講 師】 日本スポーツウエルネス吹矢協会
神奈川県協会 公認指導員

【定 員】 成人 12 人(申し込み先着順)

【参加費】 270円

【持ち物】 タオル、飲み物

【申込み】 8月1日(土)～



問合せ 東公民館 TEL82-3232