

スポーツ吹矢に チャレンジ!

初心者向けの講座です。
スポーツ吹矢を体験して
みませんか!?



©日本スポーツ吹矢協会

スポーツ吹矢は…
どなたでも、ゲーム感覚で楽しみながら
できるスポーツです。呼吸法による
様々な健康効果があり、精神力&集中
力を高めるといわれています。

- ① 平成28年11月21日(月) 午後2時~4時
- ② 平成28年11月28日(月) 午後2時~4時

どちらも同じ内容を行います。申込時にご希望の日にちをお選びください。
2回続けてのご参加はご遠慮ください。

- ◎ 場 所 公民館貫井北分館 学習室C・D
- ◎ 対 象 市内在住、在勤、在学の方
- ◎ 定 員 各9人(申込順)
- ◎ 参加費 100円(マウスピース代)
- ◎ 講 師 杉山勝英さん(日本スポーツ吹矢協会指導員)
- ◎ その他 動きやすい服装でお越しください

お申込み・お問合せ

11月2日(水)から、電話または直接公民館貫井北分館へ
公民館貫井北分館 〒184-0015 小金井市貫井北町 1-11-12
☎042-385-3401