

「スポーツ吹矢」教室

参加者募集

スポーツ吹矢とは？

スポーツ吹矢式呼吸法により健康を増進する効果があり
運動不足解消とダイエットに絶好！

的を射抜く爽快感はストレス解消にうってつけ
心と体をリフレッシュすること間違い無し！！

- 日時 平成 30 年 11 月 2 日 (金) 13:30 ~ 15:00
11 月 9 日 (金) 13:30 ~ 15:00
11 月 16 日 (金) 13:30 ~ 15:30 (全3回)
- 場所 水沢体育館
- 対象者 奥州市在住一般の方 (未就学児の同伴はご遠慮ください)
- 参加料 1 人 500 円 (傷害保険料含む)
- 持ち物 室内用運動靴、運動しやすい服装 (ジャージ等)、タオル、飲み物等
(基本用具は準備しています。)
- 申込締切 平成 30 年 10 月 26 日 (金) 17:00 まで
- 指導者 日本スポーツ吹矢協会 公認指導者 及川 浩行・千葉 始
胆沢吹矢クラブ会長 小野寺 和也
- 申込先 水沢体育館 〒023-0857 奥州市水沢中上野町 1 番 85 号
TEL 0197-23-3841 FAX 47-3027
受付時間：平日 8:30 ~ 17:00
土曜日 8:30 ~ 12:00

どなたでも...



健康に



気軽に

キリトリ線

キリトリ線

「スポーツ吹矢」教室申込書

ふりがな								性別
氏名								男・女
年代	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70歳以上	
住所	〒 —							
連絡先								