

ゲーム感覚で楽しく健康に！

スポーツウエルネス



スポーツウエルネス吹矢は、的をめがけて腹式呼吸で矢を放つスポーツです。誰でもゲーム感覚で楽しく、集中力を養うことができ、健康にもつながります。初心者向けの講座です。

日時

令和8年5月21日・6月11日（木）
午後1時30分～午後3時

場所

長地公民館

講師

日本スポーツウエルネス吹矢協会
公認指導員 松井 節夫 さん

定員

15名（先着順）

参加費

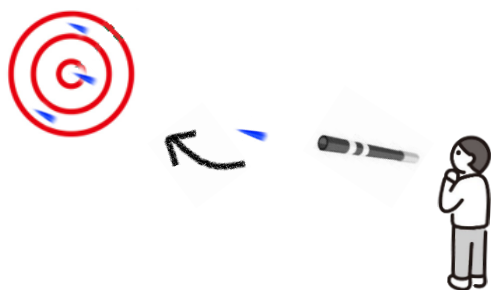
500円（材料費込み）

持ち物

動きやすい服装・上履き

申込み

令和8年4月24日（金）～
電話・Eメール・QRコード・窓口にてお申込みください。



岡谷市長地公民館（長地支所）

住所：岡谷市長地柴宮2-15-26

電話：0266-27-8080

Mail：osachi@city.okaya.lg.jp

QRコードはこちら

