

大和市コミュニティセンター公所会館

管理運営委員会 会長 石田 秀夫

管理運営委員会成人部 部長 藤沢 武彦

スポーツ吹き矢

秋も深まり過ごし易い季節となりました。

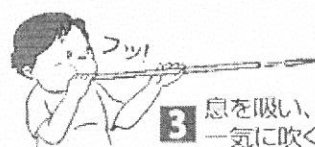
成人部の行事として昨年と同じく、「スポーツ吹き矢」を企画いたしました。

どなたでも気軽に体験していただけます。スポーツの秋！

皆様お誘い合わせのうえぜひご参加ください。

「スポーツ吹き矢」が高齢世帯に人気だ。離れた場所にある的を正確に射抜くには、肺活量と集中力がものをいう。楽しみながら仲間と競い合い、健康維持にも役立つ点が支持を集めている。(読売新聞)

④ 深く大きな呼吸がコツ



(日本スポーツ吹き矢協会の資料より)

記

1. 日時 平成29年11月14日(火曜日) 午後1時～午後4時
2. 場所 コミュニティセンター公所会館 1階 集会室
3. 参加費 100円(吹き矢の吹口代)当日集金します
4. 募集人員 20名 (定員になり次第締切)
5. 申し込み 平成29年11月1日(火曜日)より電話にて受付
コミュニティセンター公所会館 事務局 電話:273-9481
受付:午前10時～午後17時(月曜日休館)
6. 講師 上野 格(いたる) 先生
日本スポーツ吹き矢協会 公認指導員 5段 成城大学名誉教授

※動き易い服装、館内にはスリッパがありますが、室内用運動靴があれば持参願います。