

吹矢初心者体験講座

腹式呼吸で心と体を整え、健康維持につなげるスポーツ
吹矢を体験します！



日 時：10月9日・23日(水) 13:30～15:00

会 場：南陵公民館・講義室

対象・定員：10歳以上、どなたでも・各6人(抽選)落選者に連絡

講 師：九澤郁子さんくざわいくこ(南陵ウイング支部公認指導員・吹矢3段位)

材 料 費：100円(マウスピース代)※参加費は無料

持 ち 物：水分補給用飲料・動きやすい服装

問合せ先：生涯学習スポーツ課 ☎0569-44-4600/ ☎43-8011

締 切 日：10月1日(火) 17時



九澤 郁子 講師



R6 協賛公開講座

「吹矢初心者体験講座」申込書

(フリガナ) 氏 名	()	年 齢	
住 所			
電 話			

※個人情報はこの講座以外では使用しません。