

吹矢で
健康増進



吹矢教室

性別・年齢問わずどなたでも楽しく始められます！

スポーツ吹矢は手軽にゲーム感覚で楽しむ事ができるスポーツです。
吹矢式呼吸法でより健康に！

日時：令和7年9月2日（火）、9日（火）、16日（火） 全3回
10：00～12：00

場所：SUBARU 総合スポーツセンター サブアリーナ

講師：一般社団法人日本スポーツウエルネス吹矢協会 常務理事・
師範六段・競技部部長・審判部部長
東京都スポーツウエルネス吹矢協会 会長 都築 徳良氏

参加費用：500円（全3回1,500円）※保険料・道具代含む

募集人数：三鷹市民20人 ※在勤・在学者含む

申込方法：メール besserung1985@gmail.com

または電話 0422-45-5432 にて

氏名・住所・年齢・電話番号をご連絡ください。

楽しく体を動かして健康を維持しよう！



主催/三鷹市ベッセルスポーツクラブ
後援/三鷹市

この事業は公益財団法人東京都スポーツ協会が支援しています。