

吹矢をやってみよう！

吹矢は腹式呼吸で健康にいい！ということは皆さんご存知ですね。でも実際にはどうしたらいいの？大野台の「わかば会館」と「アクティホール」では「楽しみながら健康増進」を合言葉に吹矢サークルが活動しています。どなたでも気軽に参加、退会も自由。会費、用具も有志の好意で極めて安価に提供しています。まずは体験会にお越しください（服装は自由、マウスピース代100円必要です）

健康吹矢 体験会

サークル名

会場

体験会日時

連絡先

わかば健康吹矢会

わかば会館

3月15日 (木曜) 午前

山田 修司 090-9997-0837

アクティ健康吹矢サークル

アクティホール

3月16日 (金曜) 午前

岡本 佳久 090-6823-3116

