

参加者
募集

健康運動教室

骨密度測定実施



スポーツウエルネス吹矢 ~“フーッ!”と「吹く」矢は「福」を呼ぶ~

内容

スポーツウエルネス吹矢とは、6～10m離れた円形的的をめがけて矢を放ち、その得点を競うスポーツです。ゲーム感覚で楽しみながら腹式呼吸を取り入れ、健康になれるスポーツとして注目されています。



持ち物

運動できる服装・飲み物・上靴

講師 渡瀬 幸嗣 先生 福原 広次 先生 小林 和美 先生
(日本スポーツウエルネス吹矢協会)

受付 13:30～14:00

教室 14:00～16:00 (2時間程度)

日程 12/6 (金)

場所 みなべ町保健福祉センター

受付 18:30～19:00

教室 19:00～21:00 (2時間程度)

日程 12/9 (月)

場所 みなべ町保健福祉センター

教室終了後、骨密度測定を実施

申込方法

以下の二次元バーコード、メールまたはお電話で(公財)和歌山県スポーツ振興財団 事業振興課までお申し込みください。



sposhinzigyou@wakayamasposhin.or.jp

氏名・住所・連絡先を入力して送信して下さい



073-433-0035 (平日 9:00～17:00)

(公財)和歌山県スポーツ振興財団 事業振興課 まで

受付開始日時

令和6年11月1日(金) 午前9時

対象者

みなべ町民

定員

25名程度(先着順) 申込時に定員に達している場合もあります。

お問い合わせ先

(公財)和歌山県スポーツ振興財団
事業振興課

〒640-8319 和歌山市手平 2-1-1
☎073-433-0035 (平日 9:00～17:00)

又は みなべ町 健康長寿課
(みなべ町保健福祉センター)

〒645-0021
和歌山県日高郡みなべ町東本庄 100
☎0739-74-3337