

かしまスポーツクラブ H30年度 ☆スタート☆します！

◆吹矢教室会員募集(2期)

ゲーム感覚もある吹矢は、腹式呼吸と胸式呼吸を使う健康的なスポーツ
腹筋強化と内臓脂肪の減少でダイエット効果

| | |
|------|--|
| 場 所 | まちづくり市民センター体育館 |
| 期 間 | H30年10月10日～H30年10月31日各水曜日(3回) (10/10,10/17,10/31) |
| 時 間 | 10:00～12:00 2時間 |
| 参加費 | 会員 300円 一般 600円 子供 150円(小学生・中学生) |
| 募集人数 | 5名以上 <親子での参加を歓迎します> |
| 指導者 | 小野 緑 |

募集開始 H30年10月2日(火)～

(問合せ) かしまスポーツクラブ事務局

☎ 0299-82-9042