なぎなた体験教室



スポーツの秋!

日本の伝統文化「なぎなた」を体験してみませんか

2m を超える長さの「なぎなた」を用いる武道です。 なぎなたを通して「正しい姿勢・体幹・重心移動」を 学んでみませんか

日程

10月26日(土)

11月 2日(土)

11月16日(土)

11月30日(土)

時間

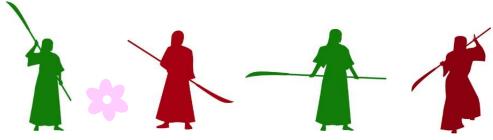
午前 10 時~午前 11 時 20 分

場所

東村山市民スポーツセンター 第2武道場

その他 運動のできる服装

用具一式はこちらで用意いたします



~お申込み方法~

☆10月3日(木)午前9時00分より 電話または直接スポーツセンターで受付開始

☆申込み先・お問合せ 公益社団法人 東村山市スポーツ協会 ☎ 042-397-1212



