

令和7年度

スポーツ教室事業

# スポーツウエルネス吹矢



## 体験教室

## 参加者募集中

腹式呼吸法で、  
心身健康に

男女は問いません  
年齢も問いません  
初心者大歓迎です

### 開催日と会場(4日間の体験教室)

令和7年 6月 4日(水)	市民スポーツセンターの大会議室
令和7年 6月11日(水)	〃
令和7年 6月18日(水)	〃
令和7年 6月25日(水)	〃

開催時間 午前11時40分～14時20分まで

体験内容:初心者を対象として、スポーツ吹矢式呼吸法を  
基本動作から学び「スポーツ吹矢式の魅力」を  
実感して頂きます。(4日間ですが1日でも参加可)

募集対象:市内在住・在勤・在学のかた、先着20名

講師担当:日本スポーツウエルネス吹矢協会  
上級公認指導員と公認指導員の先生達

申込先:東村山市スポーツ協会

\* 電話 042-397-1212

\* ホームページ <https://hm-sports.tokyo/>



問合わせ:鷹箸淳(Tel.397-4228)

: 公益社団法人東村山市スポーツ協会(Tel.397-1212)

主催:東村山市 公益社団法人東村山市スポーツ協会  
主管:東村山市スポーツウエルネス吹矢協会