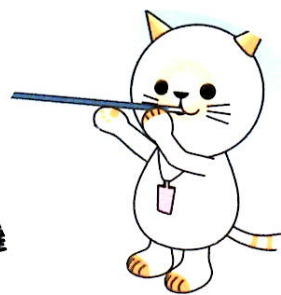


市民活動交流サロン



健康スポーツ吹矢柏吹会主催

市民活動サポートコーナー共催

★ **テーマ** : スポーツ吹矢で健康UP! -腹式呼吸-

★ **体験** : 健康スポーツ吹矢とは、どんなもの? → デモンストレーション

★ **スポーツ吹矢が健康に良いのは何故?**

- ♥ 脳の老化防止
- ♥ 冷え性、肩こり解消
- ♥ 糖尿病、高血圧予防
- ♥ ストレス解消
- ♥ 免疫力を高める
- ♥ 腰痛の予防
- ♥ ダイエット効果

健康効果についてみんなで語り合い

交流を深めよう!



🎯 **日時** : 9月8日(土) 15:00 ~ 17:00

🎯 **場所** : パレット柏オープンスペース

🎯 **対象** : 健康スポーツ吹矢に興味がある方
(先着20人)

🎯 **申込先** : パレット市民活動サポートコーナー

8月2日(木)午前10時から

電話、メール、又は直接

7163-1143

✉ sksc@city.kashiwa.chiba.jp

🎯 **参加費** : 300円 (茶菓子代)

団体紹介

🎯 健康スポーツ吹矢柏吹会 (はくすいかい)

小林 04-7173-9116

🎯 練習日 : 火・水・木・金

🎯 会場 : 柏の葉体育館・パレット柏

沼南体育館・中央公民館

リフレッシュプラザ柏 等