

～気分すっきり、からだバッカリ！～

吹き矢で^{!!}(全5回)



元氣！

腹式呼吸を使って、矢を作って飛ばしましょー！
的に当たれば気分も身体もスッキリ！！

日時：7/10 7/17 7/24 7/31 8/7

全て月曜日 10:00～11:30

会場：洋室

費用：パイプ代 ¥100（初回のみ）

参加費 一回 ¥100

定員：20名（毎回先着順受付）

申し込み：必要ありません！

当日、直接会場にどうぞ！

担当：加茂靖史

企画・主催 文京福祉センター湯島