

健康を目的とした新しい国民的スポーツ、スポーツウエルネス吹矢を体験しませんか！

# 「スポーツウエルネス吹矢」体験講座

☆シニアのためのニュー・スポーツ体験セミナー☆

令和7年1月11日(土)

13:30~16:00 (受付 13:00開始)

スポーツウエルネス吹矢は、5~10m離れた円形の的をめがけて息を使って矢を放ち、その得点を競うスポーツです。性別・年齢問わず誰でも手軽にでき、ゲーム感覚で楽しみながら健康になれるスポーツとして注目されています。

健康効果の秘訣は、腹式呼吸をベースにしたスポーツウエルネス吹矢式呼吸法です。精神集中や血行促進、細胞の活性化に役立ち、内臓の諸器官にもよい影響を与えます。また精神力・集中力が身に付きます。

指導：一般社団法人日本スポーツウエルネス吹矢協会 公認指導員

## 会場

駒沢オリンピック公園総合運動場 屋内球技場

## 対象

概ね50歳以上の方

## 定員

40名 ※定員になり次第締め切り

## 参加料

600円(1人)

## 持ち物

動きやすい服装、飲料、タオル、  
室内用シューズ

※吹矢の道具は主催者が用意します。



## 申込・問合せ先

スマイルスポーツ事業センターまでインターネットまたはお電話でお申込み下さい。

### スマイルスポーツ事業センター

お電話 (受付時間/平日10:00~17:00)

フリーダイヤル 0120-612-001

携帯電話・PHS 03-6380-4243

インターネット

<https://smilesports.jp/>

スマイルスポーツ

検索



【個人情報の取り扱いについて】

お預かりした個人情報は、スマイルスポーツ教室案内、各種アンケート、サービス提供及び教室の実施・運営に必要な範囲内で利用いたします。利用目的にご同意の上お申込みください。個人情報に関する各種問合せは当事業団ホームページ「個人情報の取り扱いについて」を参照ください。