

《 第99回 地域連携講座 》

スポーツウエルネス吹矢



体験教室



日本古来から親しまれてきた「吹矢」を、健康づくりのために現代的にアレンジさせたのが「スポーツウエルネス吹矢」です。

長い筒に矢をセットし、「フツ」と一息で的に吹き当てる、シンプルながら奥深いスポーツ。腹式呼吸と胸式呼吸を組み合わせた「吹矢式呼吸法」により、誰でも・いつでも・どこでも楽しみながら健康増進を目指せます。

小さなお子様からご年配の方までどなたでもご参加いただけます。

開催日 2026年 9月12日(土)

時間 11:00~12:30

会場 滋賀ダイハツアリーナ 大会議室

対象者 どなたでもご参加OK!

参加費 1,320円(税込)

定員 30名

※開催日前日もしくは当日のキャンセルの場合には、キャンセル費(参加費と同額)が必要となります。

(定員になり次第、募集を締切させていただきます)

**お申込み
方法**

電話(077-545-0108) または受付までお越しください
受付期間 2026年 9月11日(金)

滋賀ダイハツアリーナ TEL 077-545-0108 <https://shiga-arena.jp>

●営業時間 8:00~22:00

●休館日 第3月曜日(祝日の場合は翌平日)

(※地域連携講座 電話申込み受付時間 8:30~21:30)

年末年始(12/31~1/2)