



rainbow 通信 vol.31

平成28年10月1日 発行

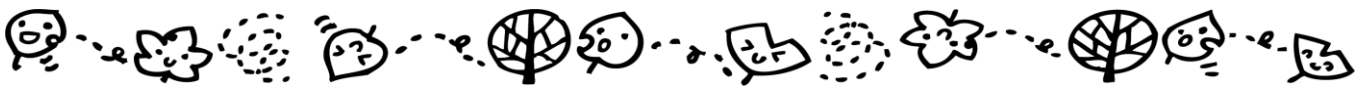
台風が去り、風が涼しくなると随分秋めいてきました。スポーツの秋!...ということで、この秋、rainbowではスポーツ吹矢の体験会を開催しました。その様子を一部ですが、ご紹介します。



腹式呼吸を意識し、姿勢を正しく保ちながら、的に向かい真っ直ぐ専用の矢を吹いて中心を狙います。

個人競技でしたが、点数の高さを競うだけでなく、会話やふれあいもあり、楽しく参加していただけたように思います。

体への負担が少なく、高齢者や子どもにも人気でした♪



～和火2016～点火ボランティアのお知らせ～

今年も10月8日(土)・9日(日)に和火の点火ボランティアにスタッフ一同で参加します。そこで、会員さんにもぜひ点火のご協力をお願いしたいです。一緒に宮津市内を綺麗に彩りませんか?

時間 pm4:00～ 場所 無縁寺(宮津中学校下)



【お問い合わせ】

総合型クラブ天の架け橋～rainbow～事務所

TEL&TAX 0772-22-2607