

初めてでも安心！心と体は健康を求めています！！

碑文谷体育館

URL: <http://www.himonyataiikukan.com>

碑文谷体育館オフィシャルサイト

検索



一般公開

# なぎなた



開催日時	毎週金曜日 16:00~18:00 ※祝日を除く	対象	小学生以上
参加料金	高校生以上.....300円 中学生以下/65歳以上.....150円 障害をもつた.....150円	貸出料金 (なぎなた/防具)	高校生以上.....50円 中学生以下.....20円
持ち物	運動のできる服装	会場	碑文谷体育館 体育室
内容・効果	礼儀作法からなぎなたに必要な動作などを丁寧に教えてくれますので、未経験者・初心者の方も安心してご参加ください。礼儀を重んじる心・克己心を養う、良い姿勢を作る、集中力・判断力・体力・バランス感覚の向上などに期待ができます。		

※一般公開は個人参加のプログラムです。

※ご入場は、終了30分前までとなります。

※開催時間には「準備」「片付け」「清掃」の時間も含まれています。

※職員・指導員の指示は、必ずお守りください。

目黒区立 碑文谷体育館

〒152-0003 目黒区碑文谷6-12-43

TEL:03-3760-1941 FAX:03-3760-1943