

大人のけん玉教室

定員・回数：20人・3回
時間・場所：午前10:00～11:30 ・生涯学習センター研修室1
費用：受講料 600円
持ち物：(お持ちの人は)けん玉
講師：日本けん玉協会 東海ブロック長 山内貞義

10/2(火)

10/30(火)

11/27(火)

けん玉は、誰でも楽しんで、いつでもどこでも始められるところが、大きな魅力です。自然にひざを屈伸するので、下半身の筋トレになり、手先や頭を使うので脳の活性化にもつながりますよ。基本の持ち方を身につけて、皿にのせる技をマスターしていきましょう。

貸しけん玉も
あります。

