

陸上教室



(後期)

内 容	陸上競技に親しみ、基礎トレーニングを通して健康・体力づくり・競技力の向上・習慣化を目標とします。併せてルールとマナーを学びます。				
対 象	13歳以上の身体障がい者及び知的障がい者、その関係者(家族、介護者、施設職員、パラスポーツ指導員)				
定 員	15名(申込者が多数の場合は抽選)				
参加費	無 料				
会 場	ねむのき会館体育館				
開催日時	10:00～12:00				
	11月	12月	1月	2月	計
	15日(日)	19日(土)	16日(土)	20日(土)	4回
申込方法	申込書に必要事項を記入し、事務局へご提出ください。				
締 切	9月30日(水)				

※諸事情により開催日時等が変更となる場合がございます。

お問合せ・申込はこちらまで

青森県身体障がい者福祉センター

ねむのき会館

<http://www.nemunoki.jp>

〒030-0122

青森市大字野尻字今田52-4

TEL:017-738-5033

FAX:017-738-0745

事務局:澤谷 樹理

MAIL:juri.sawaya@nemunoki.jp