平成30年度ねむのき会館障害者スポーツ教室

ゆっくりジョギング教室

内　　容	ゆっくり楽しく仲間とおしゃべりしながらジョギングをし、基礎体力向上・運動の習慣化を目指します。	
対　　象	13歳以上の身体障害者、知的障害者及び精神障害者	
定　　員	6名（申込者が多数の場合は、抽選）	
参 加 費	無　料	
会　　場	青森市スポーツ広場ジョギングコース	
開催日時	6月	10日（日）15時～16時
		17日（日）15時～16時
	7月	8日（日）15時～16時
		21日（日）15時～16時
	8月	5日（日）9時30分～10時30分
	9月	8日（日）9時30分～10時30分
		23日（日）9時30分～10時30分
	１０月	21日（日）9時30分～10時30分
		27日（土）9時30分～10時30分
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。 受講決定者には、集合場所を別途お知らせします。 雨天中止の連絡は、前日又は当日にTELorメールします。	
締　　切	5月25日（金）	

お問合せ・申込はこちらまで

青森県身体障害者福祉センター
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：長尾
E-Mail：satoshi.nagao@nemunoki.jp