

陸上教室



(前期)

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	土曜日 10:00~12:00					
	6月	7月	8月	9月	10月	計
	8日 22日	6日 20日	10日 31日	28日	12日	8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	5月17日(金)					

※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:時安 栄治

MAIL: ejji.tokiyasu@nemunoki.jp