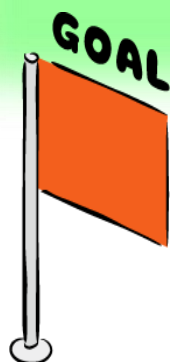


陸上教室

(後期)



内容	陸上競技に親しみ、基礎トレーニングを通して、寒い時期の健康・体力づくり、競技力の向上、運動の習慣化を目標とします。				
対象	13歳以上の身体・知的障がい者、並びにその関係者(家族、介助者、施設職員、パラスポーツ指導員)				
定員	12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				
	11月	12月	1月	3月	計
	2日 23日	7日 21日	18日	1日 15日	7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	10月11日(金) 必着				

※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