

# 卓球教室

## (後期)



内容	健康・体力づくり、競技力の向上を目標に基礎トレーニングを行い、併せて卓球のルールとマナーなどを学び、試合形式の交流を図ります。 初めての方はラケットの握り方から指導し、ラリーができることを目標とします。					
対象	13歳以上の身体・知的・精神障がい者					
定員	前半・後半 各20名(申込者が多数の場合は、先着順)					
参加費	無料					
会場	ねむのき会館体育館					
開催日時	日曜日 9:00～12:00					
	11月	12月	1月	2月	3月	計
	24日	8日 22日	12日 26日	16日	2日 16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	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](mailto:ejji.tokiyasu@nemunoki.jp)