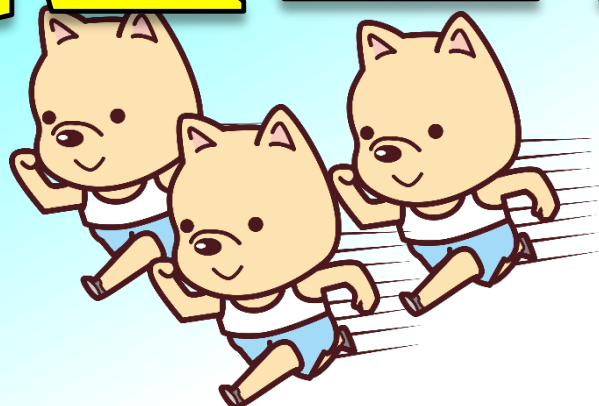


# 陸上教室



## (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	10:00~12:00				
	6月	7月	8月	9月	計
	14日(日)	5日(日) 26日(日)	15日(土)	12日(土)	5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15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:澤谷 樹理

MAIL:juri.sawaya@nemunoki.jp