

陸上教室(後期)



内 容	陸上競技に親しみ、主に「競走種目」の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歳以上の身体障害者及び知的障害者					
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					
	11月	12月	1月	2月	3月	計
	25日	9日 23日	13日 27日	3日 17日	3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20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 敏

MAIL:satoshi.nagao@nemunoki.jp