

ぐんぐん フットネットタイム!

冬クラス（1～3月）

知的障害
発達障害の
あるこども
向け

【開催日時】
月曜日

16:15～17:15

【参加費】
2,400円

初回到券売機でチケットを
購入してください

【定員】
10名

定員を超えた場合は
抽選とします

対象

主に知的障害・発達障害があり、
以下の①②の両方を満たす6～12歳

※申込時に6歳になっていることとします
※12歳は小学生までとします

①療育手帳または福祉サービス受
給者証等を持っている

②通級指導学級を使用している
または個別支援級に在籍している
※未就学児の場合は療育センターまたは児童
発達支援事業所に通所していること

※①②のどちらかのみ該当で参加を希望す
る場合は、担当者までお問い合わせください

内容

体操プログラム4回、エアロビックプログ
ラム4回の8回コースです。
楽しく全身を動かし、体力アップや運動
習慣の定着を図ります。各回のテーマは
裏面の開催要項でご確認ください。

申込締切:12/25(土)

申込方法は裏面の開催要項をご確認ください

申し込み・問い合わせ

障害者スポーツ文化センター ラポール上大岡
スポーツ課

TEL:045-840-2151

FAX:045-840-2157

担当:小島(おじま)、上嶋(かみじま)

知的障害・発達障害のある子どものための

ぐんぐん↑フィットネスタイム! 【開催要項】

日時	種目	テーマ
1月17日(月) 16:15~17:15	体操	てをつかってあそぼう
1月24日(月) 16:15~17:15	体操	あしをつかってあそぼう
1月31日(月) 16:15~17:15	体操	おなかとせなかを つけてあそぼう
2月7日(月) 16:15~17:15	体操	みんなでワイワイ! ミニうんどうかい
2月14日(月) 16:15~17:15	エアロビック	おんがくにあわせて からだをうごかそう
2月21日(月) 16:15~17:15	エアロビック	ふりつけにチャレンジ①
2月28日(月) 16:15~17:15	エアロビック	ふりつけにチャレンジ②
3月7日(月) 16:15~17:15	エアロビック	みんなでおどろう ミニはっぴようかい

申込締切:12月25日 ※火曜日休館

※定員を超えた場合は抽選とし、締切後1週間を目安に結果を郵送します。

申込方法:電話、FAXまたは7階受付(フロント)へ直接お申し込みください

場 所:ラポール上大岡 体育室

【注意事項】

- ・事前にラポール上大岡への会員登録後、お申し込みをしてください
- ・お休みされた場合の日程の振り替え、返金はできませんのであらかじめご了承ください
- ・申込後キャンセルをする場合は、必ず連絡をしてください
- ・教室中の怪我等は応急処置のみ行いますが、その後の対応については各自でお願いいたします
- ・社会情勢等により、プログラムの中止または内容が変更になる場合があります

