

知的障害・発達障害の
あるこども向け

ぐんぐん↑

フィットネスタイム!

春クラス (4~6月)



【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名程度

定員を超えた場合は
抽選とします

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。

対象

以下の①②の両方を満たす6~12歳

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

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:おじま、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	内容
4月18日(月) 16:15~17:15	体操	手を使った運動
4月25日(月) 16:15~17:15	体操	あしを使った運動
5月9日(月) 16:15~17:15	体操	全身を使った運動
5月16日(月) 16:15~17:15	体操	ミニ運動会
5月23日(月) 16:15~17:15	エアロビック	レッスン①
5月30日(月) 16:15~17:15	エアロビック	レッスン②
6月6日(月) 16:15~17:15	エアロビック	レッスン③
6月13日(月) 16:15~17:15	エアロビック	ミニ発表会

申込期間:3月26日(土)~4月9日(土) ※火曜日休館

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、返金はあり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

