



ズンズン↑ フットネットスタイル!

内容
体を大きく動かしたり、
用具を使って楽しく運動する、
8回コースのプログラムです。
放課後の時間を余暇活動に活用する
イメージづくりを目的としています。

対象 知的障害・発達障害
のある小学生



冬クラス (12~3月)



友達と
協力したり



跳び箱や鉄棒にも
チャレンジ

全身を
大きく動かしたり



音楽に合わせて
体を動かしたり



自分の体を
コントロールしたり



とにかく**楽しく**
体を動かそう!!



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	12/15、22、1/19、26、2/2、9、16、3/2（全8回） 16:30～17:30
対 象	主に知的障害・発達障害のある小学生
定 員	10名程度
参 加 費	2,400円(初回参加時に券売機でチケットを購入してください)
申込締切	12月1日(月) ※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、お申し込みください ・定員超過の場合は抽選とし、ご参加いただける場合のみメールでお知らせいたします ・お休みされた場合の日程の振り替え、返金はありません ・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 ・社会情勢等により、中止または内容が変更になる場合があります

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:045-840-2160
FAX:045-840-2157
担当:小島(おじま)

