

スポーツ広場

このプログラムは…

家族や介助者、友だちなど
身近な人と楽しくスポーツに親しみ
これから運動をはじめ
きっかけづくりとしています

参加費無料



第1・3水曜日

(祝日除く)

第2・4月曜日

(4月/7月/8月/11月/12月/3月)

(12/28、祝日除く)

① **15:30~16:30**

② **16:30~17:30**

<内容>

卓球/ポッチャ/バスケットボール
バドミントン/ティーバッティング
ショートテニス/グラウンドゴルフ
その他



定員：各回10人程度



スポーツ広場 【開催要項】



対 象	障害のある方(ご家族・介助者も一緒に参加できます)
実施日時	第1・3水曜日 第2・4月曜日(4月/7月/8月/11月/12月/3月実施) ※年末年始休館日、祝日を除く ①15:30~16:30 ②16:30~17:30
参加条件	ラポール上大岡に会員登録していること 体調管理ができていること
申込期間	原則、実施日の前日までにお申し込みください (定員に空きがある場合のみ当日予約が可能です)
申込方法	インターネット、電話または7階受付(フロント)
定 員	各回10名程度
参加費	無料
持 ち 物	運動しやすい服装 室内用運動靴(車いす、補装具の場合はそのまま入室可能です) タオル 水分(水筒やペットボトルなどフタが閉まるものに入れてください)
注意事項	プログラム中のけが等については応急処置のみとなります 社会情勢等により中止または内容が変更になる場合がございます ご不明点があればお問い合わせください



【問い合わせ・申し込み】
障害者スポーツ文化センター
ラポール上大岡
電話:045-840-2160
Fax:045-840-2157

