

ゲームで フィットネス広場

対象

障害のある方と
その介助者
(家族参加OK!)

ゲームを使用して、画面を見ながらみんなで
楽しく体を動かすプログラムです！

※操作は職員が行います



開催 日時

1期:5~9月 2期:11月~3月

※詳しい日程は裏面へ

①10:00~10:45 ②11:00~11:45

※各期①②どちらか申込した時間帯での
ご参加となります

会場

サブアリーナ



障害者スポーツ文化センター 横浜ラポール

〒222-0035 横浜市港北区鳥山町1752

☎ 045-475-2050

✉ rapo-kodomo@yokohama-rf.jp

令和8年度 開催要項

日時	毎月日曜日(4月10月は実施なし) 1期: 5/3、5/24、6/28、7/12、9/6 2期: 11/22、12/27、1/24、2/28、3/28 ①10:00～10:45 or ②11:00～11:45 ※各期①②のどちらか申込した時間帯での参加になります
対象	障害のある方とその介助者(家族参加可) ※2名まで
定員	各部30名程度
参加費	無料
場所	横浜ラポール サブアリーナ
持ち物	①飲み物②タオル③室内シューズ④運動しやすい服装
申込み	いずれかの方法で申込用紙を提出 ①横浜ラポール窓口②メール③郵送 【締切】 1期:4月19日(日) 2期:11月8日(日) ※2期の申し込みは9月6日(日)から開始します ・申込締切後、1週間程度で参加可否を郵送にてお知らせします ・参加者が定員に満たない場合は随時参加を受付します
注意事項	<ul style="list-style-type: none">・ 自己管理に十分配慮し、プログラムに参加してください・ ラポールの利用者カードをお持ちでない方、3年以上利用がない方は利用登録または更新申請が必要です・ 介護人の方も介護人カードの作成が必要です・ 申請手続きの際は障害者手帳をご持参ください(お持ちでない方はご相談ください)・ プログラム中のケガ等については応急処置の対応となります・ 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

メール申込は
こちらから



その他プログラム情報は
こちらから(ラポールHP)

