

4月スポーツ教室・事業カレンダー

各種教室の詳細は事業案内・ポスターでご確認ください！

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3 休館日	4	5	6
7	8	9	10 休館日	11	12	13
14	15	16 ◎レクリエーション・スポーツ (お楽しみスポーツ) 13:00~14:30(体育館) 対象:障害児者、介護者	17 休館日	18 ◎TAMAアクア 13:00~13:50(プール) 対象:障害児者、介護者 ※15歳以上	19 ◎お手軽・簡単エクササイズ 13:00~14:30(体育館) 対象:障害児者、介護者	20 ◎水泳選手育成教室 18:00~20:00(プール) 対象:身体障害児者
21	22 ◎ワンポイント水泳 13:00~15:00(プール) 対象:障害児者	23 ◎ワンポイント卓球 13:00~15:00(卓球室) 対象:障害児者、介護者	24 休館日	25 ◎ヨガの時間 13:00~14:00(体育館) 対象:障害児者、介護者	26	27
28 ◆レッツ☆車いすバスケ 9:00~12:00(体育館) 対象:障害児者、介護者、 地域住民 ◆レッツ☆HIP HOP 13:00~14:30(体育館) 対象:障害児者、介護者、 地域住民	29 ◆作ってチャレンジ!レクタイム 13:00~14:30(体育館) 対象:障害児者、介護者、 地域住民	30 休館日				

ラジオ体操

午前 9:10~
※各施設で実施

教室カレンダーの見方

- ☆:事前の申込が必要な教室
申込書は受付、またはHPにて
配布いたします。
- ◎:当日参加が可能な教室
申し込み不要です。
当日に受付でカード交換をして、
会場までお越しください。
- ◆:当日参加及び地域の方
障害有無に関わらず
ご参加いただけます。
ぜひ家族や友人と一緒に
参加してください！

※相談事業は事前に予約が必要です。
ご希望される方は受付または電話で
お問い合わせ下さい。