

げんき 元気に



たいいくかん しょうがいしゃ けやき体育館 障害者スポーツ講座
ことし なつやす 今年も夏休みの
たの しかく お楽しみ企画があります♪

たいそう 体操

たいそう おんがく あ ストレッチ体操や音楽に合わせたリズム体操など様々な運動で 体 を動かします。体幹トレーニングもプラスしてパワーアップしましょう♪ 楽しく 体 を動かして、日頃の運動不足解消やストレスも発散！ 笑顔でいい汗を流せばココロもカラダもリフレッシュできますよ♪

にち 日 じ 時 令和5年6/24、9/23、10/7、11/25、12/23 各土曜日

じ ぶん ぜん かい 14時～15時30分(全5回)

ば しょう けやき体育館 1階 体育室

たいしょう ていいん 対象・定員 市内在住・在勤・在学の障害のある小学生以上の方 30人 (申込順)

しょうがくせい ようつきそ ※小学生は要付添い

しゅわつうやく ようやくひつきたいおうか ようよやく ※手話通訳・要約筆記対応可(要予約) 希望者は申込時にお知らせください

も 持ち物 うんどう ふくそう しつないば 運動のできる服装、室内履き(スリッパ不可)、タオル、飲み物

こういしつ みつかいひ でき かぎ かつどう 更衣室の3密回避のため出来る限り活動できる服装でお越してください。

もうしこみき かん 申込期間 令和5年6/5(月)～6/19(月)

もうしこみほう 申込方法 電話 042-753-9030(電話が難しい方はFAX 042-769-1200)

たいいくしつ れいだんぼうせつび 体育室には冷暖房設備がありません。
ねっちゅうしょうたいさく わす 熱中症対策も忘れずをお願いします！

ボランティア
めい 2名
どうじぼしゅうちゅう 同時募集中！

たいいくかん しょうがい けやき体育館は、障害のある方を支援する施設であり、また
かんせんしょうとう じゅうしょうか 感染症等による重症化リスクのある方もご利用されることか
さんかしゃ みな しょういんども ちやくよう うんどう じ のぞ
を推奨しています。ご理解とご協力をお願いいたします。

もうしこ といあわ さき 申込み・問合せ先

さがみはらしりつ たいいくかん 相模原市立けやき体育館 ※7/3(月)、11/6(月)は休館です

さがみはらしちゅうおうく ふ じ み 〒252-0236 相模原市中央区富士見6-6-23

<TEL> 042-753-9030 <FAX> 042-769-1200

<URL> <http://www.sagamihara-shafuku.or.jp/keyaki/>

< Twitter アカウント > @keyakitaiikukan



たいいくかん けやき体育館HP



たいいくかん けやき体育館Twitter