

令和5年度 障害者スポーツ教室日程

体 育 館 ※日程は変更する可能性があります。

教 室	対 象 者 定 員	曜 日	時 間	回 数	受 講 料	内 容	募集期間 (web)	日 程												
								9/8	9/15	9/22	9/29	10/6	10/13	10/20	11/10	11/17	12/1			
1	ブラインドテニス	視覚障害者 (16歳以上)	20名	金	13:15~14:45	10回	2,200円	ラケットの振り方からゲームへと個人のレベルに合わせて楽しく行います	6/1~7/31	9/8	9/15	9/22	9/29	10/6	10/13	10/20	11/10	11/17	12/1	
2	ビームライフル	身体障害者 (16歳以上)	20名	火	18:00~20:00	10回	2,200円	ライフル操作からの的を射るまでの基本を習得し、楽しく行います	2/1~3/31	5/2	5/9	5/16	5/23	5/30	6/6	6/13	6/20	6/27	7/4	
				水					7/1~8/31	10/4	10/11	10/18	10/25	11/1	11/8	11/15	11/22	11/29	12/6	
3	体操	脳血管障害者 (16歳以上)	20名	水	10:00~11:30	10回	2,200円	音楽体操やスポーツに使用する道具で楽しく運動し、残存機能の向上、維持を図ります	2/1~3/31	5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	6/21	6/28	7/5	7/12	
									6/1~7/31	9/6	9/13	9/20	9/27	10/4	10/11	10/18	10/25	11/8	11/15	
		脳血管障害者 (16歳以上)	20名	水	13:15~14:45	10回	2,200円	音楽体操やスポーツに使用する道具で楽しく運動し、残存機能の向上、維持を図ります	2/1~3/31	5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	6/21	6/28	7/5	7/12	
									6/1~7/31	9/6	9/13	9/20	9/27	10/4	10/11	10/18	10/25	11/8	11/15	
4	ダ ャ ツ	身体障害者 (16歳以上)	15名	金	13:00~14:45	5回	1,100円	ルールと基本技術を習得し、楽しく行います	3/1~4/30	6/2	6/9	6/16	6/23	6/30						
				土					8/1~9/30	11/4	11/11	11/18	11/25	12/2						

教 室	対 象 者 定 員	曜 日	時 間	回 数	受 講 料	内 容	募集期間 (web)	日 程												
								9/8	9/15	9/22	9/29	10/6	10/13	10/20	11/10	11/17	12/1			
5	親子体操	知的障害児 発達障害児 (3歳~就学前)	20名	金	16:00~17:00	10回	2,200円	トランポリンを中心にマット、跳び箱、手具等を使用して、集団の中で楽しく運動を行い、体力の増強を図ります	6/1~7/31	9/8	9/15	9/22	9/29	10/6	10/13	10/20	11/10	11/17	12/1	
6	体 操	知的障害児 (年長~小6)	20名	火	16:00~17:00	10回	2,200円	トランポリンを中心にマット、跳び箱、手具等を使用して、集団の中で楽しく運動を行い、体力の増強を図ります	2/1~3/31	5/9	5/16	5/23	5/30	6/6	6/13	6/20	6/27	7/4	7/11	
				水					10/1~11/30	1/10	1/17	1/24	1/31	2/7	2/14	2/21	2/28	3/6	3/13	
7	体 操	知的障害者 (中学生以上)	20名	金	16:00~17:00	10回	2,200円	簡単なサーキットやゲームを通じて楽しく運動を行い、健康づくりの充実を図ります	3/1~4/30	6/2	6/9	6/16	6/23	6/30	7/7	7/14	7/21	7/28	8/4	
				水					7/1~8/31	10/4	10/11	10/18	10/25	11/8	11/15	11/22	11/29	12/6	12/13	
8	体 操	知的障害者 (16歳以上)	20名	金	18:00~19:30	5回	1,100円	簡単なサーキットやゲームを通じて楽しく運動を行い、健康づくりの充実を図ります	1/1~2/28	4/7	4/14	4/21	4/28	5/12						
									6/1~7/31	9/8	9/15	9/22	9/29	10/6						

教 室	対 象 者 定 員	曜 日	時 間	回 数	受 講 料	内 容	募集期間 (web)	日 程											
								6/7	6/14	6/21	6/28	7/5	7/12	7/19	7/26	8/2	8/9		
9	バドミントン	障害区分なし (16歳以上)	20名	水	18:00~20:00	10回	2,200円	シャトルにラケットを当てる練習からラリーへと楽しく行います	3/1~4/30	6/7	6/14	6/21	6/28	7/5	7/12	7/19	7/26	8/2	8/9
			未定						10/1~11/30	1/10	1/17	1/24	1/31	2/7	2/14	2/21	2/28	3/6	3/13

令和5年3月31日