

たの
楽しく♪

たいいくかん
けやき体育館
しょうがいしゃ
障害者スポーツ講座

エアロビクス

はじ たいいくかん あしこし ふたん
初めてエアロビクスを体験される方や、足腰に負担をかけたくない
かた あんしん さんか こうざ
方にも安心してご参加いただけるやさしいエアロビクス講座です。
おんがく あ ある ふ
音楽のリズムに合わせて歩いたり、ステップを踏んだりしてエアロビ
クスの基本の動きを楽しく体験しましょう♪

にち じ
日 時 令和2年1月25日、2月22日、3月7日
かくどようび じ ぶん じ ぜん かい
各土曜日・13時30分～15時(全3回)

ば しょ
場 所 けやき体育館 1階 体育室

こう じ
講 師 小嶋 明美 先生

たいしょう ていいん
対象・定員 市内在住・在勤・在学の障害のある方 30人 (申込順)

しょうがくせいじょう しょうがくせい ようつきそ
※小学生以上・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 きぼうしゃ もうしこみじ し
※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 もの
持ち物 運動のできる服装、室内履き(スリッパ不可)、タオル、飲み物

もうしこみきかん
申込期間 令和元年12月15日(日)～令和2年1月18日(土)

めい
ボランティア2名

がつ にち がつみつか きゅうかんび
12月27日～1月3日は休館日

どうじぼしゅうちゅう
同時募集中!

もう こ たいいくかんまどぐち でんわ
お申し込みはけやき体育館窓口、電話、FAX dengan ！！

さがみはらしちゅうおうくふ じみ
相模原市中央区富士見6-6-23

でんわ
電話 042-753-9030 FAX 042-769-1200

<http://sagamihara-shafuku.or.jp/keyaki/> Twitter @keyakitaiikukan

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

