

(公財)世田谷区スポーツ振興財団 共催事業

つながりラボ世田谷 スポーツ教室 2024

(一社)つながりラボ世田谷のスポーツ教室は障害のある方がみんなで楽しく身体を動かす場です。

障害の程度は問いません。思い通りに身体が動かせなくても、苦手なことには途中休憩してもOKです。

普段使わない身体の筋肉を動かして、楽しく運動不足を解消しましょう。講師の先生方には障害があっても楽しめるプログラムを考えていただいています。広い場所で、思いっきり身体を動かして、心もスッキリ！を体感してください。

講師プロフィール

日本大学スポーツ科学部准教授 近藤克之先生
アダプテッド・スポーツご専門



日本体操研究所 平岡亮一先生
プロフェッショナル体操インストラクター・健康運動指導士



令和6年4月27日	陸上競技場内ウォーミングアップ場	近藤克之先生
6月8日	陸上競技場内ウォーミングアップ場	平岡亮一先生
7月13日	陸上競技場内ウォーミングアップ場	近藤克之先生
10月19日	大蔵第二運動場体育館	平岡亮一先生
12月14日	大蔵第二運動場体育館	平岡亮一先生
令和7年1月11日	大蔵第二運動場体育館	近藤克之先生
2月8日	大蔵第二運動場体育館	近藤克之先生

★持ち物 運動しやすい服(汗かきの人は着替え)・汗拭きタオル・水分補給用の飲み物
体育館の場合は上履き

★参加費 各回共通 1000円

★時間 午前10時～11時30分

スポーツ教室についてのお問合せ・参加申し込みはつながりラボ世田谷まで
メール labo201706@gmail.com もしくは お電話 080-7822-1745 までご連絡ください。
初めてスポーツ教室に参加される方は別紙(裏面)の参加申込書にご記入のうえファックス
もしくは右のQRコードからメールでお申込みください。

*いただいた個人情報につきましてはスポーツ教室の運営以外には使用しません。

ホームページ <https://tsunagarilab.com>

