

『障がい者水泳教室』 ★開催のご案内★

肢体不自由のお子様や特別支援級に通われているお子様を対象に、水の特性を活かし、体力・泳力アップを目的とした運動をする水泳教室です。

日 程：10月19日・12月7日・12月21日

【全3回】

時 間：15:30～16:30 ※更衣は15:00～

定 員：10名

受講料：2,910円(税込) ※途中参加の場合(残回数×¥970)

対 象：小学生・中学生(トイレコントロールができる方のみ参加可能)

※保護者(介助者)1名の教室参加も可能です。水着でご参加ください。

申し込み方法

開始日：9月22日(日) 9:00～

場 所：2F 総合受付

※定員に達し次第締め切らせていただきます。

※申込の際、特記事項アンケートのご記入をお願いいたします。

●教室内容●

- ①浮力や水圧を利用し、楽しく運動ができます。水の楽しさを感じることや、体力の向上が望める教室です。
- ②泳力に応じて、レベルアップを目指します。

■運動効果■

- ①柔軟性アップに繋がる。
- ②つまづくことが少なくなる。
- ③姿勢が良くなる。

問い合わせ：江戸川区スポーツセンター

TEL：03-3675-3811

このチラシには視覚障害者の方に見やすいユニバーサルデザインフォントを使用しております