

# オランダクラブ



## ボッチャ教室



江戸川区長杯ボッチャ交流大会  
出場を目指して頑張ろう!

- 日 時 毎月第3土曜日 9時～11時  
※8月・11月は実施しない
- 会 場 小体育室
- 講 師 五十嵐 義臣(ボッチャ審判員)
- 対 象 中学生以上  
※障害の有無は問わない
- 費 用 無料
- 申 込 必要(定員30名)

## 障害者体操教室



今の運動習慣に満足ですか?  
一緒に体を動かして全力で楽しもう!

- 日 時 毎月第3土曜日 11時～12時
- 会 場 小体育室
- 講 師 和田 誠一(上級障がい者スポーツ指導員)
- 対 象 小学生以上
- 費 用 無料
- 申 込 必要(定員10名)

## 障害者ダンス教室



リズムに合わせて、振付を覚えよう!  
全身を使って、音楽を表現します!

- 日 時 毎月第2日曜日 13時30分～14時30分  
【第1期】4/11、5/9、6/13、7/11、8/8、9/12  
【第2期】10/10、11/14、12/12、1/9、2/13、3/13
- 会 場 みんなのスポーツルーム
- 講 師 STREET JAM
- 対 象 小学生以上(介助者の同伴OK)
- 費 用 無料
- 申 込 必要(定員30名・期別)

## 障害児水泳教室



～身体・知的・精神障害～  
個人のレベルに応じて丁寧にサポートします!

- 日 時 毎回第3土曜日 15時30分～16時30分  
【第1期】4/17、6/19、9/18 【第2期】10/16、  
11/20、12/18 【第3期】1/15、2/19、3/19
- 会 場 プール
- 講 師 和田 誠一(上級障がい者スポーツ指導員)
- 対 象 小中学生以上(トイレコントロールできる方)  
※介助者1名の水着での参加OK
- 費 用 2,970円/期
- 申 込 必要(定員10名)

## 障害者水泳教室



水の楽しさを感じながら体力アップ!  
柔軟性向上! 姿勢改善! つまづき減少!

- 日 時 毎月第3土曜日 16時45分～17時45分  
※5月のみ5/29に実施
- 会 場 プール
- 講 師 和田 誠一(上級障がい者スポーツ指導員)
- 対 象 高校生相当以上  
(トイレコントロールできる方)  
※介助者1名の水着での参加OK
- 費 用 無料
- 申 込 必要(定員10名)

## プール障害者専用レーン

気兼ねなく泳げる! 毎週泳げる!  
ここからはじまる運動習慣!

- 日 時 毎週水曜日 19時30分～21時
- 会 場 ① 大プール1コース(泳ぐ方向け)  
※遊泳は一般コースをご利用ください  
② 小プール半面
- 費 用 入場料のみ
- 申 込 不要
- その他 個人利用となりますので、監視員は  
配置しますが、指導員はおりません。

## 令和3年度オランダクラブ 開催日・お申込日のご案内

教室名		開催日	申込日時	申込方法
7月	障害者ダンス教室	7月11日（日）	随時	お電話にて
	ボッチャ教室	7月17日（土）	6月20日（日）9:30~	お電話にて
	障害者体操教室			
	障害者水泳教室			
	障害児水泳教室	4/17・6/19・9/18	※7月は開催なし	申込終了
8月	障害者ダンス教室	8月8日（日）	随時	お電話にて
	ボッチャ教室	開催なし		
	障害者体操教室	8月21日（土）	7月18日（日）9:30~	お電話にて
	障害者水泳教室			
	障害児水泳教室	4/17・6/19・9/18	※8月は開催なし	申込終了
9月	障害者ダンス教室	9月12日（日）	随時	お電話にて
	ボッチャ教室	9月18日（土）	8月22日（日）9:30~	お電話にて
	障害者体操教室			
	障害者水泳教室			
	障害児水泳教室	4/17・6/19・9/18	申込終了	
10月	障害者ダンス教室	10月10日（日）	9月19日（日）9:30~	お電話にて
	ボッチャ教室	10月16日（土）		お電話にて
	障害者体操教室			
	障害者水泳教室			
	障害児水泳教室	10/16・11/20・12/18		
11月	障害者ダンス教室	11月14日（日）	空きがあれば随時	お電話にて
	ボッチャ教室	開催なし		
	障害者体操教室	11月20日（土）	10月17日（日）9:30~	お電話にて
	障害者水泳教室			
	障害児水泳教室	10/16・11/20・12/18	空きがあれば随時	
12月	障害者ダンス教室	12月12日（日）	空きがあれば随時	お電話にて
	ボッチャ教室	12月18日（土）	11月21日（日）9:30~	お電話にて
	障害者体操教室			
	障害者水泳教室			
	障害児水泳教室	10/16・11/20・12/18	空きがあれば随時	

※①「障害児水泳教室」は【第1期 4/17・6/19・9/18】【第2期 10/16・11/20・12/18】  
【第3期 1/15・2/19・3/19】の3期制です。各期1度のお申込みで3回参加できます。

※②「障害者ダンス教室」は【第1期 4月~9月】【第2期 10月~3月】の2期制です。  
各期1度のお申込みで期間中参加できます。