

令和2年度 支援課スポーツ係 行事一覧

*状況により中止になることもあります。事前の確認をお願いします。

*スポーツ教室は全て事前申し込み制です。

行 事 内 容	開 催 日 時
忍者EX教室	毎月第1・第3 火曜日 10時30分～11時30分 (5月は19日、11月は17日のみ) 《ライトセンター体育館》
水泳教室	毎月第2・第4 火曜日 13時50分～14時50分 (2月は9日のみ) 《ライトセンタープール》
スイムワンポイントレッスンⅠ	毎月第3 水曜日・木曜日 ① 10時15分～10時45分 ② 11時15分～11時45分 ③ 12時15分～12時45分
スイムワンポイントレッスンⅡ	月1回 土曜日 正午～12時30分 《ライトセンタープール》
アクアビクス教室	毎月第2・第4 金曜日 10時50分～11時50分 (7月は10,31日、8月は7,28日、11月は6,27日) 《ライトセンタープール》
わくわくキッズクライミング教室 (小・中学生対象)	原則 第3土曜日 10時～正午 (NPO法人モンキーマジック指導) 参加費実費負担 3,500円 《ライトセンタークライミングウォール》
のびのびクライミング教室 (高校生以上対象)	原則 第3土曜日 13時～15時 (NPO法人モンキーマジック指導) 参加費実費負担 3,500円 《ライトセンタークライミングウォール》
プール ファミリー&フレンドデー	毎週日曜日・7月～9月の土曜日 介助者3名以上で利用の場合は要相談 《ライトセンタープール》 *兄弟・親戚・お友達などと一緒にプールを利用できます。
ノルディックウォーキング教室	5月16日(土) 10時～正午 《横浜ラポール・日産スタジアム周辺》
健康安全教室(着衣泳)	7月31日(金) 13時～15時 《ライトセンタープール》
その他 単発教室	ライトセンターだよりとメールマガジンで随時お知らせします。

★申し込み・問い合わせ : 神奈川県ライトセンター スポーツ受付 電話 045(364)0025

*スポーツ施設をご利用の方は、利用登録が必要です。登録時に障害者手帳をご提示ください。

*月ごとの教室開催日時は、ライトセンターだより「行事予定表」をご確認ください。

*メールマガジンは毎月の配信の他、急なお知らせなどの情報を配信します。ライトセンターのホームページからお申込み頂くか、次のアドレスに空メールを送信すると登録できます。

45g1r@a10.hm-f.jp