

平成29年度 支援課 スポーツ係 行事一覧

\* 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
わくわくクライミング教室 (NPO法人モンキーマジック指導)	月1回 土曜日 10時～12時・13時～15時 参加費実費負担 3,500円 
水泳教室(高校生以上対象)	毎月第2・第4 火曜日 13時50分～14時50分
スイムワンポイント教室 	毎月第3・第4 水曜日 10時～11時45分 
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 
プールファミリー&フレンドデー	毎週日曜日 介助者2名以上で利用の場合、要相談
肩こり腰痛ケア体操教室 	4月15日・10月21日 土曜日 10時30分～11時30分
ゆったり!リズムダンス教室	5月20日・11月18日 土曜日 10時30分～11時45分
ヨット体験教室(江の島ヨットハーバー)	5月28日 日曜日 参加費実費負担 1,500～2,000円程度
ノルディックウォーキング交流会 (横浜ラポール・日産スタジアム周辺)	6月7日 水曜日 10時～12時 介助者同伴参加 参加費1ペア500円(保険代含む) 
健康安全教室	7月5日 水曜日・8月30日 水曜日 10時～12時
アクアビクス(夏季)教室	7月21日・8月25日 金曜日 10時50分～11時50分
キッズ水泳(夏季)教室	7月25日火曜日～28日金曜日(全4日間) 10時50分～11時50分 
みんなで楽しむレクリエーション	7月29日 土曜日・9月20日 水曜日 13時～15時 
脳トレ体操教室 	10月14日 土曜日 10時30分～11時30分
チェアロビクス教室	平成30年1月20日 土曜日 10時30分～11時30分
ヨガ・ピラティス教室	年2回 第3土曜日 (日時未定) 
上級水泳教室(高校生以上対象)	年数回 (日時未定) 
ブラインドサッカー試合観戦 (音声解説付き)	年1回 (日時未定) 参加費実費負担 

申込み・問合せ：神奈川県ライトセンター スポーツ受付 TEL 045(364)0025

※ご利用の際は、スポーツ施設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。

※各月の開催日は、ライトセンターだより【行事予定表】にてご確認ください。