



障がいをお持ちの方を対象に、音楽に合わせてからだを動かすエアロビクスを通じてスポーツの楽しさを味わいながら体力づくりをおこなう教室です。



◎	日程	毎月第2土曜日 15:00~15:45 (45分レッスン) * 都度お申込みをお願いします *	
◎	対象	中学生以上の障がいをお持ちの方	
◎	場所	江戸川区総合体育館 スタジオ	
◎	定員	各30名	
◎	参加費	各 400 円 (介助者は無料)	
◎	申込方法	毎月第2土曜日午前10時より翌月分の申込を開始します。 江戸川区総合体育館総合受付またはお電話で お申し込みください。定員になり次第締め切りとなります。 電話：03-3653-7441	
◎	その他	運動しやすい服装、室内用シューズ、タオル、お飲み物をお持ちください。 介助が必要な方は同伴をお願いします。	

