

一緒にスポーツしよう！

体を動かす楽しさを感じて欲しい！！

大好評！

気軽にふらっと

ご参加ください。

# ふらっと障スポ！

**場所：宮城野体育館 障害者アリーナ**

**参加費：無 料**

(仙台市宮城野区新田東 4-1-1 通称：元気フィールド)

**日 時：令和 2 年 1 月 18 日 (土) 14:00～16:00**

**2 月 24 日 (祝・月) 10:00～11:30**

**3 月 20 日 (祝・金) 10:00～11:30**

**※時間は午前に変更になりました**

**参加対象：障害のある方とご家族・支援者等の方**

**持ち物：室内用シューズ**

**※ラケット等の貸出は数に限りがあります。**

**お持ちの方はご持参下さい。**

## どんなことをするの？！

■エンジョイコーナー：風船バレー、ストラックアウト、クロリティ等レクリエーションスポーツ中心に各自が自由に楽しむコーナーです。

■チャレンジコーナー：①10/19 ボッチャ・フライングディスク  
② 1/18 卓球・バドミントン  
③ 2/24 ミニバスケットボール  
④ 3/20 ボッチャ・フライングディスク

■のびのび体きたえるコーナー：専門家による健康づくりのためのストレッチや筋力アップのための運動方法を教えてくれます。

## お申込み方法

【要 申 込】 5 名以上でご参加の団体（施設等）は裏面申込書に必要事項を記入の上、開催日 5 日前までに下記問合せ先まで F A X，メール，郵送下さい。

【申込不要】 個人、5 名以下でご参加の方は当日、直接会場までお越し下さい。

問合せ先：仙台市障害者スポーツ協会 〒983-0039 仙台市宮城野区新田東 4-1-1

TEL：022-236-8690 / FAX：022-236-8691 / メール：sdsa@pop21.odn.ne.jp