

大阪市舞洲障がい者スポーツセンター 2020年度 スポーツ教室

【オンライン】

# 重度身体障がい者の運動教室

【目的】 四肢・体幹の可動域改善やバランス能力向上をめざします。

【日時】 2020年9月20日、10月18日、11月29日、12月20日  
2021年1月31日、2月21日、3月14日  
日曜日 全7回

【時間】 10:30~11:00

【対象】 四肢・体幹に障がいのある人とその家族・介助者

【定員】 20名程度 \*先着順

【内容】 自宅でできる親子ヨガを行います。

【参加費】 無料 ただし、通信費等は自己負担

【その他】

- ・ZOOM Cloud Meetings アプリを使用します。事前にアプリのダウンロードをお願いします。
- ・教室参加のパスワード等は、教室開催前日 15時までにメールにて配信いたします。前日 15時までにメールが届かない場合は、センターにご連絡ください。
- ・[b-maishima@fukspo.org (教室情報配信用)]を受信できるようにしておいてください。
- ・教室開催中に撮影した動画等は、事業の記録、広報等で使用する場合があります。



講師 こうし おやみ 親子ヨガインストラクター

いけだ ゆみせんせい  
池田 有美先生

## 【問合せ先】

大阪市舞洲障がい者スポーツセンター「アミティ舞洲」  
〒554-0041 大阪市此花区北港白津 2-1-46  
TEL:06-6465-8200 FAX:06-6465-8207  
休館日:毎週火曜日および第3月曜日(祝日を除きます)  
担当:栩本



↓ 申込はこちら ↓

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdF095m2\\_05d-twR9zq3G9fF30HfAlldymimD6h0G0dMi-GoQ/viewform?usp=sf\\_link](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdF095m2_05d-twR9zq3G9fF30HfAlldymimD6h0G0dMi-GoQ/viewform?usp=sf_link)