

平成22年度 大阪市長居障害者スポーツセンター スポーツ教室カレンダー

行事などにより変更する場合があります。ご了承ください。

教室名	時間	場所	申込期間	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月		
健康づくり ・ リハビリ テーション	もっと上手に トレーニング	第2月曜日 13:30~14:45	体育室	4月1日(木) ~ 4月13日(火)		10	14	12		13	18 (第3月曜)	8	13	17 (第3月曜)	14	14	
	高次脳機能障害者の ふれあい活動	第1・3金曜日 13:15~14:30	小体育室 遊戯室 研修室			7・21	4・18			3・17	1・15	5・19	5 (日曜)				
	親子で楽しもう! ミュージックケア	第1土曜日 (11・12・1月は日曜日) 14:00~15:00	体育室 会議室			1	5	3		4	2	7・21・28 (日曜)	5 (日曜)	9 (日曜)	5	5	
定例	やってみよう ボールスポーツ	金曜日 18:15~19:30	体育室	12月2日(木) ~12月14日(火)									7・14 21・28	4・18・25	4・11・18		
アウトドア スポーツ	ヨット	土曜日 1部 11:00~13:00 2部 13:00~15:00	北港ヨット ハーバー	別途お知らせいたし ます。	10・17					4・18							
予約制	はじめようプール (マンツーマン指導)	5~6月 毎週木曜 9~11月 毎週火曜 10:30~11:30	プール	開催日の1カ月前より プール受付にて 申込できます。		6・13・27	3・10・24			7・14 21・28	5・12 19・26	2・9 16・30					
		5~6月 毎週月・火・金 9~11月 毎週月・木・金 13:30~14:30				7・10・11 14・17・18 21・24・25 28・31	1・4・7・8 11・14・15 18・21・22 25・28・29			2・3・6・9 10・13・17 24・27・30	1・4・7 8・14・15 18・22・25 28・29	1・4・5 8・11・12 15・19・22 25・26・29					
		5月~6月 第1・3日曜 9月~11月 第2・4日曜 15:15~16:15				2・16	6・20			12・26	10・24	14・28					
夏・春休み	夏休み 親子クッキング	月曜日 15:30~16:30	会議室 ラウンジ	6月12日(土) ~ 6月27日(日)				19	2・16・30								
	夏休み親子水泳①	15:30~16:30	プール					27・29	1・3・5・8								
	夏休み親子水泳②	15:30~16:30	プール						17・20・22 24・26・29								
	夏休みキャンプ	1泊2日	信太山青少年野 外活動センター					24・25									
	春休みデイキャンプ	詳細については別途お知らせいたします。															
自由参加 ・ 体験	リフレッシュ	第3火曜日 13:30~14:30	遊戯室 プール	事前申し込みは必要あ りません。教室開催日 に、直接スポーツ施設 までお越し下さい。		18	15	20		21	19	16	21	18			
	レベルアップ水泳①	第2土曜日 18:15~19:30	プール			8	12			11	9	13					
	レベルアップ水泳②	第3土曜日 18:15~19:30	プール			15	19			18	16	20					
	わんぱく水泳①、②	第1・3日曜日 ①10:00~10:45 ②11:00~11:45	プール			2・16	6・20			5・19	3	7・21					
	わんぱく水泳 レベルアップ①、②	第2・4日曜日 ①10:00~10:45 ②11:00~11:45	プール			9・23	13・27			12・26	10・24	14・28					
	脳血管障害者の トレーニング	第2・4木曜日 13:15~14:30	体育室			13・27	10・24			9	14・28	11・25			13・27	10・24	
	めざそう! スポーツ大会 F D	木曜日 11:00~12:00	体育室												13・27	3・10・24	3・10
	めざそう! スポーツ大会 水泳	火曜日 13:30~14:30	プール													1・8 15・22	1・8・15
	ミュージックケア	第2土曜日 13:30~14:30	体育室			8	12	10	14	11	9	13	11	8	12	12	
	スポーツいろいろ 体験シリーズ	第3土曜日 13:30~14:30	体育室			バレーいろいろ		ラケットを使おう		フロアホッケー		ボールにさわろう		ニュースポーツいろいろ			
リズムで体を うごかそう	第4土曜日 13:30~14:30	体育室		15	19	17	21	18	16	20	18	15	19	19			
				22	26	24	28	25	23	27	25	22	26	26			
センター クラブ体験	アーチェリー	火曜日 18:00~20:30	体育室	事前申し込みは必要あ りません。教室開催日 に、直接スポーツ施設 までお越し下さい。						7・14 21・28	5・12 19・26			1・8 15・22	1・8・15 22・29		
	ビームライフル射撃	第1木曜日 13:00~17:00	体育室		1	6	3	1	5	2	7	4	2	6	3	3	