

# イスでエクササイズ教室

4月28日(日) 11:00~12:00

5月25日(土) 13:30~14:30

6月15日(土) 13:30~14:30

(複数回の参加も1回のみでの参加も可能です)

場 所：岐阜県福祉友愛プール 2階 会議室

対 象 者：障がいのある方

※おひとりで参加が難しい場合は、

必ず介助者と一緒にご参加ください

定 員：各15名 (先着順)

内 容：イスを使って簡単にできるエクササイズ、  
音楽を通じて楽しく運動を行います。

参 加 費：無料

申込方法：各開催日1週間前までに所定の申込用紙に  
ご記入の上、受付・郵便・FAX・メールで  
お申し込みください。

