



# スマイル



# エアロビクス



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	平成30年8月18日、9月8日、10月13日、11月10日、12月8日 上記土曜日 15:00~15:45 (45分レッスン)
◎	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310円 (介助者は無料)
◎	申込方法	7月14日(土) 9時から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。

