

お手軽!! ワンコイン キャンペーン 健康スポーツ体験会

8月2日(水)
室内グラウンドゴルフ



8月9日(水)
ボッチャ &
フライングディスク



↑パラリンピック↑
正式種目



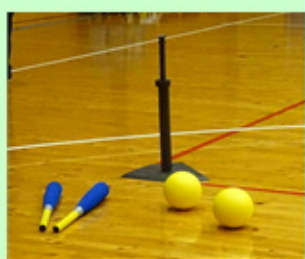
8月16日(水)
囲碁ボール



8月23日(水)
卓球



8月30日(水)
ベースボール



13:30~15:00
1回100円

詳しくは裏面へ



●場所●

西播磨総合リハビリテーションセンター
ふれあいスポーツ交流館 アリーナ

●対象者●

医師から運動を勧められている
障害者・中高齢者

●定員●

各実施日 10名

●実施内容●

- ①準備体操
- ②自宅で出来るトレーニング紹介
- ③軽スポーツ
- ④整理体操



●申込●

申込用紙に必要事項をご記入の上、
ふれあいスポーツ交流館までお申込ください。

※郵送・FAX・持込可

※申込期限:各実施日より1週間前

●問い合わせ●

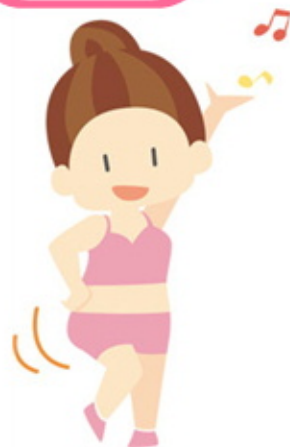
ふれあいスポーツ交流館 TEL(0791)-58-1313
〒679-5165
たつの市新宮町光都1-7-1 FAX(0791)-58-1323

ワンコインキャンペーン

ソフトエアロ

1 8月2日(水)
15:30~16:30

2 8月9日(水)
18:30~19:30



〈参加費〉 100円
〈定員〉 20名(先着順)
〈申込〉 申込用紙に必要事項をご記入の上、下記申込期間内にお申込下さい。



7月15日(土)~7月31日(月)

※申込期間を過ぎている場合でも、枠が空いていれば、お申込いただけます。
ご相談ください。



西播磨総合リハビリテーションセンター
ふれあいスポーツ交流館

ワンコインキャンペーン

やさしいヨガ

1 8月3日(木)

10:00~11:00



2 8月31日(木)

10:00~11:00

〈参加費〉 100円

〈定員〉 20名(先着順)

〈申込〉 申込用紙に必要事項をご記入の上、下記申込期間内にお申込下さい。



7月15日(土)~7月31日(月)

※申込期間を過ぎている場合でも、枠が空いていれば、お申込いただけます。
ご相談ください。



西播磨総合リハビリテーションセンター
ふれあいスポーツ交流館

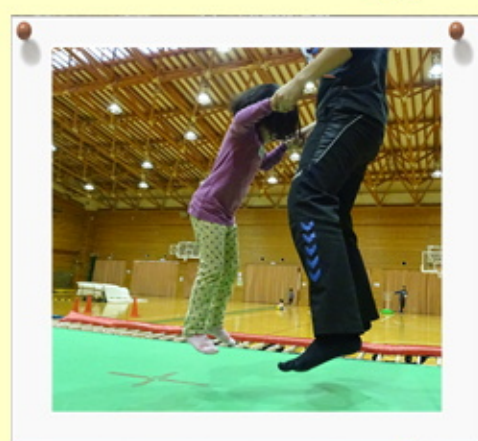
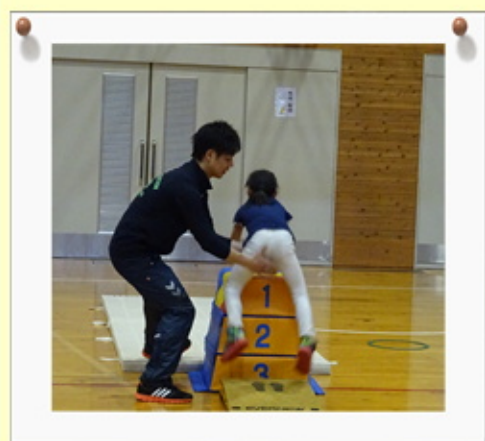
ワンコインキャンペーン 親子器械体操

この機に、器械体操を体験しませんか？

平成29年

8月26日(土) 10:30~11:30

種目: 跳び箱・鉄棒・マット・トランポリン 等



※各コーナーを設け、補助の仕方や跳び方のコツを教えます ★

★対象: 小学1~4年生の障害児、健常児と家族

★定員: 15名程度

★参加費: 100円

★申込期限: 8月20日(日) 必着

★申込方法: 申込用紙に必要事項を記入しFAX/郵送/
持参にてお申込下さい。

【問い合わせ先】

西播磨総合リハビリテーションセンターふれあいスポーツ交流館
〒675-5165 TEL (0791-58-1313)
たつの市新宮町光都1-7-1 FAX (0791-58-1323)



夏限定！ワンコインキャンペーン

夏がお得 30分間のストレッチでコリ解消

◆日時：右記カレンダー参照

 :11時00分～11時30分
 :15時30分～16時00分
 :19時00分～19時30分

◆内容：ストレッチ、ストレッチポール
週毎にメニューが変わります

◆参加費：100円

※ 個人利用をされる方は
無料で参加できます

◆定員：各15名

◆申込：当日教室30分前から
先着順にて受け付けます

8月 キャンペーン実施日

| | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--------------|----|--|----|--|--|--|----|
| ストレッチ | | | 1 | 2  | 3  | 4  | 5 |
| ストレッチ ポール | 6 | 7  | 8 | 9  | 10  | 11 | 12 |
| ストレッチ | 13 | 14 | 15 | 16 | 17  | 18  | 19 |
| ストレッチ ポール | 20 | 21 | 22 | 23  | 24  | 25 | 26 |
| ストレッチ | 27 | 28  | 29 | 30  | 31 | | |

兵庫県立西播磨総合リハビリテーションセンター
〒679-5165 たつの市新宮町光都1-7-1

ふれあいスポーツ交流館
TEL 0791-58-1313

