



月	火	水	木	金	土	日
	1 ● ゆったりストレッチ 14:00~15:00 ● 初心者ヨガ教室 18:30~19:30	2 ★ ソーシャルフットボール 13:00~15:00	3 ★ うごき場 10:00~12:00	4 ● 青竹エクササイズ 10:00~11:00	5 ◎ ヨガ体験会 17:30~19:00 ◎ VF甲府PV vs FC今治	6
7 休館日	8	9 ◎ パラスポひろば 15:00~17:00 ● ブラインドサッカー体験会 18:30~19:30	10	11 ◎ パラスポひろば 15:00~17:00	12 ● 誰でもボッチャ 13:00~14:00 ★ フライングディスク体験会 18:00~19:00	13
14 休館日	15 ● ゆったりストレッチ 14:00~15:00 ● メンテナンスヨガ 18:30~19:30 ● アジリティ & ランククリニック 18:30~19:30	16 ★ ソーシャルフットボール 13:00~15:00 ★ ボッチャ体験会 18:30~19:30 ● 座フィットネス 20:00~21:00	17 ★ うごき場 10:00~12:00	18 ● 青竹エクササイズ 14:00~15:00	19 ◎ あそび場 13:00~16:00	20
21	22 休館日	23 ◎ パラスポひろば 夏休みSP 10:00~12:00	24	25 ◎ パラスポ広場 夏休みSP 10:00~12:00	26 ● ブラインドサッカー体験会 10:00~11:30	27
28 休館日	29	30 ◎ パラスポひろば 夏休みSP 10:00~12:00	31			

【注意事項】

★印は、障がいのある方のみ参加可能。

それ以外は誰でもOK!

【料金】

障がいのある方 ⇒ 全て **無料!**

障がいのない方 ⇒ ◎印は **無料!**
●印は ¥500

【申込み】

ホームページからの予約はこちら



やまなしパラスポーツセンター公式HP

お電話はこちら☎



055-227-2332

※内容は予告なく変更になる場合がございますのでご了承ください。