

2月のセンターカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
『運動相談』について 『運動相談』は担当スタッフと相談のうえ、実施日時を決定します。ご希望の方は受付にてお申し込みください。		第18回東京都障害者スポーツ大会 2月に下記の競技を実施します。詳細については要項、HPなどご確認ください。 10日(土) バレーボール(身体部門) 東京体育館サブアリーナ		1 	2 にここ盆パラピクス&レクリエーションスポーツ【ユニカール】 (盆パラ 13:00~13:50 体育館) (レク 14:00~14:50 体育館)	3 ★はじめよう!卓球入門(13:15~14:15 卓球室) 第5回足立区障がい者バドミントン交流大会 (足立区総合スポーツセンター)
4 	5 	6 ★スポーツ医事相談【医師】 (13:00~15:00 医務室)	7	8 ★栄養相談(10:00~12:00 医務室) ★スポーツ医事相談【理学療法士】 (13:00~15:00 体育館) ★元気アッププログラム【木曜版】 (13:15~14:15 体育館)	9 	10
11 ★ジュニア車いすスポーツ教室(10:15~11:45 体育館) ★フォローアップ講習会【実践編:教室コーナー運営】(12:30~16:00 集会室・体育館) あそびのひろば(13:30~15:00 体育館)	12 ★ジュニアわくわくスポーツ(15:00~16:00 体育館) ★わくわくスポーツ(16:00~17:00 体育館)	13	14	15 	16 	17 みんなで卓球(13:00~15:00 体育館)
18 みんなでバドミントン(13:00~16:00 体育館) ★車いすバスケットボール選手育成教室(18:00~20:30 体育館)	19 ★元気アッププログラム【月曜版】 (13:15~14:15 体育館)	20 ★スポーツ医事相談【医師】 (13:00~15:00 医務室) 	21	22 	23 ★アーチェリータイム(13:00~17:00 体育館) ※参加受付は15:00まで	24 にここエアロピクス(11:00~11:50 体育館) ★スポーツ医事相談【医師】(13:00~15:00 医務室) ★はじめよう!フライングディスク入門(13:15~14:45 体育館)
25	26	27 ソーシャルクラブ(13:30~15:00 集会室)	28	代替施設(庭球場)のご利用のお知らせ		

カレンダーのみかた

★印の教室は事前申し込みが必要です。教室によって対象者が異なるのでご注意ください。

◇印の教室は当日の申し込みでご参加いただけます。受付でカード交換をしてからお越しください。館外施設の場合は利用証をご持参ください。

例

★バドミントン教室 (9:00~11:00 体育館)
◇卓球教室 (10:00~11:00 卓球室)
★テニス教室 (9:00~12:00 ○○区テニス場)

点線より下に表記しているものは館外施設で開催する教室・事業です。集合場所など、お間違え無いようご注意ください。

代替施設(庭球場)のご利用のお知らせ

センターの代替施設として以下の施設がご利用できます。個人利用のみの受け付けです。その他、ご不明な点はスタッフまでお問合せください。



『舎人公園 庭球場』オムニコート2面
5日(月) 9:00~13:00



『首都大学東京 荒川キャンパス庭球場』ハードコート2面
10日(土) 13:00~16:00
24日(土) 13:00~16:00

