

# ● 4月のスポーツ教室・事業カレンダー ●

日	月	火	水	木	金	土
<p>各種教室の詳細は事業案内・ポスターでご確認ください！</p> <p>☆印 … 事前の申し込みが必要です。</p> <p>◇印 … 当日、受付でカード交換をしてから会場へお越しください。</p> <p>◆印 … 障害の有無にかかわらず、どなたでもご参加できます。 当日、受付でカード交換をしてから会場へお越しください。</p>			1 休館日	2 臨時休館日	3 臨時休館日	4 臨時休館日
5 ☆医事相談 10:00 <b>中止</b> 臨時休館日	6 臨時休館日	7 臨時休館日	8 休館日	9 臨時休館日	10 ◇バランスボールトレーニング 13:00 <b>中止</b> 臨時休館日 	11 ☆栄養相談 12:00 <b>中止</b> 臨時休館日
12 臨時休館日	13 	14 	15 休館日	16 ◇卓球入門 12:00～13:00(卓球室) 	17 ☆医事相談 15:30～17:30	18 ☆PT相談 10:00～12:00
19 ◇のびのびプールのひろば 12:00～13:00(プール) 	20 	21 ◇TAMAアクア 12:00～13:00(プール) 	22 休館日	23 ☆医事相談 13:00～15:00	24 	25 ◇レクリエーションスポーツ 13:00～14:30(体育館)
26 ☆医事相談 10:10～12:10	27 	28 ◇卓球入門 12:00～13:00(卓球室) 	29 ◇トランポリンのひろば 13:00～15:00(体育館) 	30 休館日	<p>♪ ラジオ体操 ♪</p> <p>毎日(通常開館日) 9:10～9:15 プールのみ9:00～ (体育館・トレーニング室・プール)</p> <p>からだをほぐして、爽やかな気持ちで一日を始めましょう！</p> <p>※カード交換は不要</p> 	

※相談事業の実施日時が変更となる場合がございます。ご希望される方はお手数ですが、センターにご確認下さい。

東京都多摩障害者スポーツセンター