

地域支援センターさくらぎ

# アダプテッドエアロビック

## 実技研修会



日時 平成26年7月29日(火) 10:00~12:00

場所 須賀川養護学校郡山分校

講師 日本体育協会公認エアロビック指導員 秋山 里美 氏

### アダプテッドエアロビックとは

障害のある方を中心に個人の運動能力に合わせたエアロビックのこと



参加者  
全員に  
研修用  
DVD  
をさしあ  
げます。

### 準備物

運動できる服装  
運動靴 筆記用具  
飲み物 タオル

### 講師紹介

いわき市在住。いわき市を拠点として、長年にわたり障がいのある人や親子、キッズ、シニア等を対象に、エアロビックの普及に努めている。

### 学校案内図



- 定員 30名 参加費無料
- 参加申し込み〆切7月23日(水)  
\*FAXまたは電話でお申し込みください。  
\*定員になり次第、締め切ります。  
\*駐車場はありませんので、公共交通機関をご利用ください。  
\*「太田西の内病院前」バス停 徒歩3分

主催 須賀川養護学校郡山分校  
〒963-8021  
郡山市桜木2丁目21-13  
TEL 024(933)4136  
FAX 024(933)3780  
担当 丹野好恵