

れ い わ    ね ん ど    し ゅ も く   べ つ れ ん し ゅ う   び    よ て い ひ ょ う    こ う き  
令和8年度 種目別練習日の予定表 後期

| 種目・開催時間 |                               | 会場   | 対象者                     |             | 1月    | 2月 |
|---------|-------------------------------|------|-------------------------|-------------|-------|----|
| 月       | コンディショニング(マット)<br>13:30～14:30 | 会議室  | 身体障害者<br>精神障害者<br>難病患者  | 中学生<br>以上   | 18    | 8  |
| 火       | 健康アクア<br>10:30～11:30          | プール  | 障害者<br>難病患者             | 中学生<br>以上   | 26    | 2  |
|         | ダンスダンス<br>17:00～18:00         | 体育室  | 障害者<br>難病患者             | 小学生<br>以上   | －     | 2  |
|         | バドミントン<br>17:15～19:30         | 体育室  | 障害者<br>難病患者             | 小学生<br>以上   | 26    | －  |
| 木       | 脳血管障害者の運動<br>13:30～15:00      | 体育室  | 脳血管障害者                  | 中学生<br>以上   | 14・28 | －  |
|         | トランポリン<br>17:30～19:00         | 体育室  | 知的障害者<br>自閉症の方          | 小・中学生       | 7     | －  |
| 金       | ピラティス・ストレッチ<br>13:30～14:45    | 会議室  | 障害者<br>難病患者             | 中学生<br>以上   | 15    | 19 |
|         | 卓球<br>13:30～15:30             | 体育室  | 障害者<br>難病患者             | 中学生<br>以上   | 22    | 26 |
|         | 健康体操<br>13:30～15:30           | 卓球室  | 障害者<br>難病患者             | 中学生<br>以上   | 22    | 26 |
|         | アーチェリー<br>17:15～19:30         | 体育室  | 身体障害者<br>精神障害者<br>難病患者  | 中学生<br>以上   | 22    | －  |
|         | 車いすテニス<br>17:15～20:00         | 体育室  | 肢体不自由者                  | 小学生<br>以上   | 15    | －  |
|         | 車いすバスケットボール<br>17:15～20:00    | 体育室  | 肢体不自由者                  | 小学生～<br>高校生 | 8     | －  |
| 土       | ジュニア運動<br>10:00～11:30         | 体育室  | 肢体不自由者                  | 小・中学生       | 16    | 20 |
|         | スポンジテニス<br>10:00～11:30        | 体育室  | 知的障害者<br>自閉症の方          | 小学生<br>以上   | 23    | －  |
|         | サウンドテーブルテニス<br>13:30～15:00    | STT室 | 視覚障害者                   | 中学生<br>以上   | 23    | －  |
|         | フライングディスク①<br>13:00～14:30     | 体育室  | 身体障害者<br>難病患者           | 小学生<br>以上   | －     | 6  |
|         | フライングディスク②<br>14:30～16:00     | 体育室  | 知的障害者<br>自閉症の方<br>精神障害者 | 小学生<br>以上   | －     | 6  |
|         | ボッチャ<br>13:30～15:30           | 体育室  | 障害者<br>難病患者             | 小学生<br>以上   | 9     | 13 |
|         | カローリング<br>13:30～15:30         | 体育室  | 障害者<br>難病患者             | 小学生<br>以上   | 30    | 27 |
|         | ビームライフル<br>13:30～15:00        | 会議室  | 障害者<br>難病患者             | 中学生<br>以上   | 16    | －  |

※対象に障害者とある種目は、すべての障害者が対象です。