

令和8年度 種目別練習日の予定表 前期(令和8年4月～令和8年9月)



種目・開催時間		会場	対象者	4月	5月	6月	7月	8月	9月	
月	コンディショニング(マット) 13:30～14:30	会議室	身体障害者 精神障害者 難病患者	中 学 生 上	13	18	15	13	17	14
火	健康アクア 10:30～11:30	プール	障害者 難病患者	中 学 生 上	28	26	23	28	25	22
	ダンスダンス 17:00～18:00	体育室	障害者 難病患者	小 学 生 上	21	19	16	7	18	15
	バドミントン 17:15～19:30	体育室	障害者 難病患者	小 学 生 上	14	26	23	14	-	8
木	脳血管障害者の運動 13:30～15:00	体育室	脳血管障害者	中 学 生 上	9・23	28	11・25	23	27	10
	トランポリン 17:30～19:00	体育室	知的障害者 自閉症の方	小・中 学 生	2	-	4	2	6	3
金	ピラティス・ストレッチ 13:30～14:45	会議室	障害者 難病患者	中 学 生 上	17	15	19	17	21	18
	卓球 13:30～15:30	体育室	障害者 難病患者	中 学 生 上	10・24	22	12・26	10	28	11
	健康体操 13:30～15:30	卓球室	障害者 難病患者	中 学 生 上	10・24	22	12・26	10	28	11
	アーチェリー ※1 17:15～19:30	体育室	身体障害者 精神障害者 難病患者	中 学 生 上	24	-	12	10	14	11
	バスケットボール ※2 18:00～19:30	露橋 スポセン	知的障害者 自閉症の方	小 学 生 上	-	22	26	24	28	-
	車いすテニス 17:15～20:00	体育室	肢体不自由者	小 学 生 上	17	15	-	17	21	18
	車いすバスケットボール 17:15～20:00	体育室	肢体不自由者	小学生～ 高 校 生	3	-	5	-	7	4
種目・開催時間	会場	対象者	4月	5月	6月	7月	8月	9月		
サッカー 10:00～11:30	極楽 小学校	知的障害者 自閉症の方	小 学 生 上	-	-	13	11	-	-	
泳法別ワンポイント①※3 9:45～10:45	プール	知的障害者 自閉症の方	小 学 生 上	18	2・16	6	4	1	5・19	
泳法別ワンポイント②※3 10:45～11:45	プール	身体障害者 精神障害者 難病患者	小 学 生 上	18	2・16	6	4	1	5・19	
ジュニア運動 10:00～11:30	体育室	肢体不自由者	小・中 学 生	18	16	-	18	-	19	
スポンジテニス 10:00～11:30	体育室	知的障害者 自閉症の方	小 学 生 上	25	23	27	25	22	-	
サウンドテーブルテニス 13:30～15:00	STT室	視覚障害者	中 学 生 上	25	23	27	25	-	26	
フライングディスク① 13:00～14:30	体育室	身体障害者 難病患者	小 学 生 上	18	2(外) 貴船小学校 14:00～16:00 対象を分けず に実施します ※4	6	4	1	-	
フライングディスク② 14:30～16:00	体育室	精神障害者 知的障害者 自閉症の方	小 学 生 上	18	6	6	4	1	-	
ポッチャ 13:30～15:30	体育室	障害者 難病患者	小 学 生 上	11	9	-	11	8	12	
カローリング 13:30～15:30	体育室	障害者 難病患者	小 学 生 上	-	-	-	-	-	-	
ビームライフル※1 13:30～15:00	会議室	障害者 難病患者	中 学 生 上	18	-	-	18	15	19	
プールでワンポイント ① 10:00～11:30	プール	障害者 難病患者	小 学 生 上	7・14	21	2	7	4	1・15	
プールでワンポイント ② 13:30～15:00	プール	障害者 難病患者	小 学 生 上	3・11・13・ 21・25	16・30	5・8・15・ 18・22・27	3・6・11・ 14・18・23	16・22・ 24・30	7・10・ 18・26	

※対象に障害者とする種目は、すべての障害者が対象です。事前申し込みの必要はありません。利用証をセンター受付に提出後、運動のできる服装で各会場にお集まりください。

※1 視覚障害者は対象ではありません。

※2 障害者手帳を受付に提示してください。

※3 個人でプール内に待機していただく事が難しい場合は、介助者同伴での参加をお願いいたします。

※4 雨天の場合、スポーツセンター体育室で実施。その際、通常通り対象を分けて実施いたします。

