

陸上教室

- 1 実施日 令和7年7月～令和8年3月 土曜日
午前10時30分～正午 12回

※実施予定(講師都合により変更の場合あり)

7月5日(土)	8月2日(土)	9月6日(土)	10月4日(土)
10月18日(土)	11月15日(土)	12月20日(土)	
1月17日(土)	2月7日(土)	2月21日(土)	3月7日(土)

- 2 場所 奈良市総合福祉センター体育館
- 3 対象 中学生以上の知的障がい児・者 50名
- 4 内容 簡単な筋力トレーニング、ストレッチ、走る基本動作の練習
- 5 持ち物 体育館シューズ・運動のできる服装
- 6 申込方法 下の申込書に必要事項を記入の上6月22日(日)までに申込
下のQRコードから申込フォームを使っても手続きできます
- 7 注意事項 教室開始2時間前の気象情報で奈良市に警報が発令された場合は中止とさせていただきます。

こちらのQRコードからも
お申込みいただけます



お問合せ先
奈良市総合福祉センター
〒631-0801 奈良市左京5丁目3-1
TEL0742-71-0770 FAX0742-71-0773
mail:narawch@m3.kcn.ne.jp

令和7年度 陸上教室 申込書

- ★参加の際は事故防止に協力します。
★万一事故に会った際の補償について、主催者側が契約している傷害保険の範囲
及び応急処置以外の責任を負わないことを了承します。

上の注意事項を確認のうえ申し込みます

(〒 -)	生年月日	S・H 年 月 日
住所	TEL	
	FAX	
	障がい等級	
ふりがな	保護者名	
名前		

- ※保護者の方は上の確認事項にチェックをしたうえで保護者名欄にサインをお願いします。
参加者年齢に関係なく、サインをお願いします。
※この申込用紙に記載された個人情報は、令和7年度陸上教室以外には使用しません。