

スポーツ関係予定表

11月号



お知らせ

「身体障がい者の体力テスト」

身体測定、全身持久力、筋力、柔軟性、バランス能力など
10項目を訓練室で測定します！



12月が 第2期 測定月間です

一人につき年1回、体調や都合に合わせて
自由に時期（6月・12月・3月）を選べます！

申し込み方法

12月になったら訓練室で受け付けます。予約表内で都合の良い日時に
ご予約してください。

体力の維持・向上のため、
またリハビリやトレーニングの見直しのためにも、
ぜひ体力テストをご活用ください。（身体障害者対象）

詳しくはスポーツ担当にお問い合わせください。



～注意事項～

12月号の発行予定は、11月28日（木）です。
仮予約された場合の申請書の提出期限は、25日（月）です。
25日を過ぎた場合、他団体の申請を優先させていただきます。
なお、次回（3月分）の調整会議は、11月30日（土）です。

車いすラグビー！西日本合同練習会 In広島

パリパラリンピックの
金メダリストもやってくる！！

見学！
大歓迎！

写真：©MegumiMasuda/IWRF

日程：令和6年11月30日（土）
12月1日（日）
10：00～15：30（予定）

※時間は一部変更になる可能性があります。

会場：広島心身障害者福祉センター

広島市東区光町二丁目1番5号

スポーツ関係予定表に、団体のお知らせ・行事・募集等を掲載したい団体があればスポーツ係にご連絡いただきますようお願いいたします。（センター内の活動に限ります）

※1 申し込みや参加の取りまとめは各団体でお願いします。

※2 記事が複数の場合には、校正させていただく場合がありますのでご了承ください。