

## 令和5年度 トレーニング教室 ～ヨガ・バランスボールコース～ 開催要綱

### 1 目的

障がい者スポーツの裾野の拡大及び競技力の向上並びに障がい者スポーツの振興を図るとともに、岐阜県福祉友愛プールの幅広い利用を促すため、施設を有効活用した障がい者を対象とするトレーニング教室を開催する。

### 2 日時

(1)令和5年4月09日(日) 13:30～14:30

(2)令和5年5月14日(日) 13:30～14:30

(3)令和5年6月11日(日) 13:30～14:30

※新型コロナウイルス感染状況等により中止する場合があります。

### 3 対象者

障がいのある中学生以上の方

※おひとりで参加が難しい場合は、必ず介助者(原則介助者1名)と一緒にご参加ください。

### 4 内容

1 ヨガ・バランスボールを体験 2 トレーニング機器使用方法の講習

### 5 定員

各回10名(先着順)

### 6 参加費

無料

### 7 場所

岐阜県福祉友愛プール 2階 トレーニング室

### 8 講師

クリエイティブプランナー 石井 ゆか

### 9 申込について

(1) 原則開催日の1週間前までに、郵送・FAX・メール・電話・窓口持参でお申込みください。

(2) 先着順とさせていただきますので、定員に達した場合はご了承ください。

(3) 受付後、通知文書(参加の可否等)をお送りします。

(4) 教室の開催状況を写真撮影する場合があります。内部資料への使用のみに限定し、外部への使用はありませんので、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

(5) ご記入いただいた個人情報、本教室の運営に関する目的のみ使用させていただきます。

(6) 参加者・介助者は新型コロナウイルス感染防止対策にご協力ください。

### 10 新型コロナウイルス感染防止対策について

・体調が良くない場合(発熱、風邪症状、体のだるさ、息苦しさ、嗅覚・味覚異常等)は参加をお断りします。また、陽性者の濃厚接触者として検査の対象となり、検査結果が陰性であっても一定期間の自宅待機・健康観察中は参加をお断りします。(自宅待機・健康観察期間は最新の情報をご確認いただいた上で、保健所の指示に従って対応してください。)

・入館時に各自検温、消毒をお願いします。マスクについては更衣室等での着用にご協力ください。また、発熱・体調不良がある場合は教室に参加できませんのでご了承ください。

・他の参加者等と十分な距離の確保をお願いします。

・教室参加後2週間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した場合は、速やかにご連絡をお願いします。

・**新型コロナウイルス感染症法上における取り扱いが変わった場合には、上記感染予防対策に係る依頼事項が変更となる場合があります。**

### 11 申込先及び問い合わせ先

岐阜県福祉友愛プール

〒502-0854 岐阜市鷺山向井 2563-18

T E L : 058-295-1100

F A X : 058-295-1020

E-mail : yuai-pool@gpsa.jp



令和5年度

## ヨガ・バランスボールコース

(障がいのある中学生以上の**初心者**向け)

4月 9日(日) 13:30 ~ 14:30

5月 14日(日) 13:30 ~ 14:30

6月 11日(日) 13:30 ~ 14:30

内容：1 ヨガ・バランスボールの体験  
2 トレーニング機器使用方法の講習



場 所：岐阜県福祉友愛プール 2階 トレーニング室

対 象 者：障がいのある中学生以上の方

※おひとりで参加が難しい場合は、必ず介助者の方と一緒に  
ご参加ください。(原則介助者1名)

定 員：各 10名(先着順)

参 加 費：無料

申込方法：各開催1週間前までに所定の申込用紙にご記入いただき、  
受付または郵送・FAX・メールでお申し込みください。



クリエイティブプランナー  
講師 石井 ゆか

参加される方はマスク着用・手指消毒・体調が良くない場合は参加しない  
など新型コロナウイルス感染防止対策へのご協力をお願いします。  
なお、新型コロナウイルス感染状況により教室を中止する場合があります。