

リハビリ こうしゅうかい リハビリ 講習会

- ・ 区内在住で身体に障がいのある方
- ・ 年に3回、1回につき10日間、金曜日 10時～正午

電話

FAX

～お問い合わせ～ 03-3891-6827 03-3891-6828

第1回 毎年5月～7月

バリアフリービクス

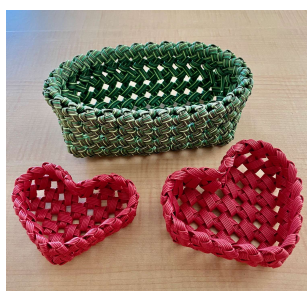
立っていても、座っていても、
参加できます！みなさん、
良い汗を流しています (^o^)/



第2回 毎年9月～12月

クラフトバンド

見えにくい方も
大勢参加しています。
楽しいですよ！



第3回 毎年1月～3月

椅子に座ってやるヨーガ

無理しない、頑張らない、
人と比べない、
を頑張る！ヨーガです(^o^)/

