スポーツ交流センター行事案内

令和５年 ５月

＜大会＞ （共催事業）

■第１７回広島県障害者陸上競技大会

１４日(日) ９：２０～

場所：東広島運動公園　陸上競技場

＜スポーツ教室＞

■バドミントン

２０日(土)　９：３０～１１：３０

バドミントンに興味がある人，これから始めたい人や，もっとうまくなりたい人を募集します。外部からの講師に，基本的なラケットの持ち方から試合形式まで幅広く指導してもらえます。

■エンジョイスポーツ

２６日(金)　１８：００～１９：００

■スポーツレクリエーション

２８日(日)　１３：３０～１５：００

■泳法アドバイス

２５日(日)　１０：００～１１：３０

「泳げるようになりたい」「ターンを覚えたい」「後半ばてるけどどうしたらいいんだろう」「ルールを覚えたい」など泳ぐことに困っていることはありますか？正しい泳法を覚えて泳力の向上を目指しましょう！

＜健康教室＞

■ゆったり体操

１０日(水)・１７日(水)・３１(水)

１３：３０～１４：３０

■リハビリ体操

１２日(金)・２６日(金)

１０：００～１１：３０

＜水中健康運動＞

３０(火)　１３：３０～１４：３０

水中での簡単な運動を通じて健康の維持・体力の増強を図ります。予約なしで参加できます。

＜文化教室＞

■アトリエ

２４日(水)　１３：３０～１５：３０

【休館日】

１日（月）２日（火）　８日（月）
９日（火）１５日(月)　１６日(火)
２２日(月)　２３日(火)　２９日(月)

お問い合わせ先：スポーツ交流センター・おりづる
〒739-0036 東広島市西条町田口 295-3
TEL：082-425-6800　FAX：082-425-6789
E-Mail：oridsuru@hiroshima-wsc.jp
HP：https://www.rehab-hiroshima.org/orizuru/