



## だれでも楽しめる“座・フィットネス”vol.3



日時／2019年10月26日(土) 14:30～17:00 (受付13:30)

場所／新宿コズミックセンター 2階 大体育室

東京メトロ副都心線「西早稲田」駅 出口3から約150m

住所：東京都新宿区大久保3-1-2 TEL：03-3232-7701

内容／車椅子ダンスフィットネス (車いす or いすのまま行きます)

講師／秋野 典子 先生 Fitnessサークル「Love & Peace」, 「絆」代表

費用／参加費無料

定員／100名 (予定)



今、巷で話題のパラスポーツ!!!

『ボッチャ』の体験ができます。

※室内履きが必要となります。シューズバッグ (靴袋) もご持参下さい。

※車いすユーザーでお車での来場希望の方は、下記までお問い合わせ下さい。



特設webサイト

### ■ イベント参加お申込み方法 ■

特設webサイト、Facebookイベントページ (QRコード参照)  
本チラシ裏面の申込書をFax、またはお電話にて承ります。

【お問合せ】NPO法人アクセシブル・ラボ  
TEL.028-622-3905 FAX.028-622-3904



Facebook  
イベントページ

主催：NPO法人アクセシブル・ラボ 協賛：カルビー株式会社

協力：公益財団法人 新宿未来創造財団 (敬称略)



with

Calbee

2019

10.26

SAT

■だれでも楽しめる“座・フィットネス”のココがポイント！

☆座位 or 立位でプログラム

障害の有無に関わらず、そして老若男女、だれでも楽しめるよう、車いす or イスに座ったまま尚且つ、同時に立位でも行えるようにプログラムされたダンスフィットネス。

☆だれでも参加OK

障害当事者はもちろん、ご家族や支援者、一般の方どなたでもご参加頂けます。

今回は、一般参加者が80%を占め、障害者と健常者が自然に混ざり合う環境が創られました。

☆パラスポーツを知るきっかけづくり

本イベント前半で、今、話題のパラスポーツ『ボッチャ』の体験を実施する事で、パラスポーツを知る機会を創り、2020東京パラリンピック大会に向けて、認知度をUPさせます！

当日のスケジュール

14:30 開会

盛り上がっていきましょう！

14:40 ボッチャ体験

15:50 シナプソロジー

脳が活性化されたら...

16:05 座・フィットネス by 秋野典子先生

16:50 記念写真撮影

dance! dance! dance!

17:00 閉会



参加申込書

|                      |          |          |
|----------------------|----------|----------|
| ふりがな<br>.....<br>お名前 | 男性<br>女性 | 年齢 ( ) 歳 |
| 〒<br>ご住所             |          |          |
| 電話番号                 | E-mail   |          |

FAX.028-622-3904

【注意事項】

当日マスコミ・メディア等の取材・撮影が入る場合があります、お客様が写り込む可能性がございます。TV・新聞・インターネット等に掲載される場合がございますので、あらかじめご了承ください。撮影NGの場合は、事前にお知らせ下さい。