



12月からの サンアップルスポーツ事業

○パラスポーツを楽しもう！
障がいのある方もない方も参加できるイベントがたくさん！

1

「サンアップル年末イベント」

無料イベントたくさん



開催日：12月17日(土)

場所：サンアップル

担当より：今年も1年の感謝を込めて、年末イベントを開催します。ウォークラリーやスポーツ体験ブース、特別企画アクアビクス、ワークショップなどを企画中！大勢の皆様のご来場お待ちしております。

2

「シッティングバレーボールクラブ（体験会）」

参加無料

開催日：12月11日(日)、1月15日(日)、2月12日(日)

時間：13:00～15:00

場所：サンアップル 体育館

担当より：東京パラリンピックでも実施された、座って行うバレーボール！小学生以上なら障がいのある方もない方も、参加できます。バレーボールがはじめての方も大歓迎。



3

「卓球の日」(人気のサンアップル事業)

障がい者無料、障がいがない方 150円

開催日：12月25日(日)、1月29日(日)、2月26日(日)、3月5日(日)

時間：10:00～11:30

場所：サンアップル 体育館

担当より：障がいのある方も、ない方も、卓球をとおして一緒に汗を流しましょう。

卓球初心者の方も、サンアップル職員や仲間が教えてくれます。

※障がいのない方は、体育館利用券(150円)を受付でお支払ください。

ラケットをお持ちでない方へは用具の貸出をしています(用具貸出無料)。



<特別企画>「サンアップルのプールの水は透明度が高くて本当!?」プールの中の動画を公開!

サンアップルのプールの中はどうなってる!?

動画をチェック→



詳しくは、サンアップルスポーツ課までお問い合わせください

長野県障がい者福祉センター「サンアップル」

〒381-0008 長野県長野市下駒沢586

TEL: 026-295-3442 FAX: 026-295-3511

サンアップル事業への参加にあたり、
皆様の感染症対策の徹底および協力をお願いします。

毎日の検温(37.5度以下)・体調チェック、マスク着用、ソーシャルディスタンスの確保、手指消毒等。