

障がいがあっても、楽しく体を動かそう

# 渋谷区パラスポーツ 体験教室



みんなで一緒に  
楽しくスポーツが  
できた!

中久喜 嶺汰  
クッキーコーチ

HINATA  
ひーちゃんコーチ

中村 一昭  
イケメンコーチ

河野 悠斗  
すぬーびーコーチ

参加者の方と  
一緒に体を動かす  
事でスッキリした!



## 開催日程

### 渋谷区スポーツセンター

(渋谷区西原1-40-18)

開催時間 14:00-15:00

### ひがし健康プラザ

(渋谷区東3-14-13)

開催時間 14:30-15:30

開催日	種目
2026年 1月15日(木)	チアダンス ヴェルディボッチャ
2026年 1月29日(木)	チアダンス バスケットボール
2026年 2月5日(木)	チアダンス ヴェルディ卓球
2026年 2月19日(木)	チアダンス ヴェルディビーチバレー
2026年 3月5日(木)	チアダンス スポーツフィッシング
2026年 3月19日(木)	チアダンス サッカー

開催日	種目
2026年 1月22日(木)	チアダンス サッカー
2026年 2月12日(木)	チアダンス ヴェルディゴルフ
2025年 3月12日(木)	チアダンス ヴェルディ野球

持ち物  
飲み物  
室内用  
シューズ

申込み不要  
参加費  
無料

※スケジュールや種目は変更になる場合があります。