

障がいがあってもなくても、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 颯汰
クッキーコーチ

MEIA
めいちゃんコーチ

中村 一昭
イケメンコーチ

河野 悠斗
すめーぴーコーチ

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 (2026年7月~9月)

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 |
|----------|------------------------|
| 7月2日(木) | チアダンス ヴェルディ卓球 |
| 7月16日(木) | チアダンス ヴェルディバスケットボール |
| 8月20日(木) | チアダンス ヴェルディバドミントン |
| 9月3日(木) | チアダンス ヴェルディビーチバレー |
| 9月17日(木) | チアダンス ヴェルディテニス |

| 開催日 | 種目 |
|----------|-----------------------|
| 7月9日(木) | チアダンス ヴェルディフロアホッケー |
| 8月27日(木) | チアダンス ヴェルディゴルフ |
| 9月10日(木) | チアダンス ヴェルディボウリング |

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