



2018年度

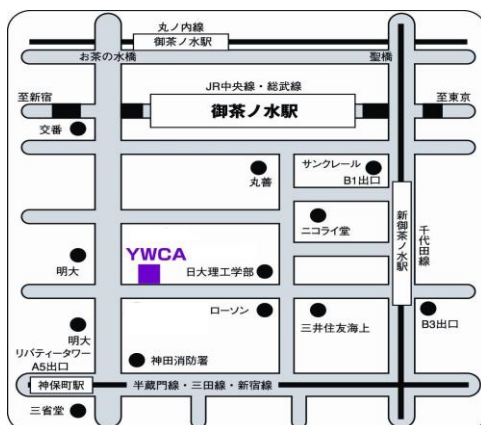
ひとりではプールの利用が難しい女性のための

アクアサポート



身体に障がいのある方や高齢ためにプールでの運動をひとりで行うことが難しい女性をサポートします。
入水までの介助と、水中ウォーキングや水泳などをご希望にあわせて行います。インストラクターとマンツーマンで水中運動を楽しみましょう。

- 対 象 : 身体に障がいのある (肢体・視覚・聴覚など) 16歳以上の女性および高齢のため運動にサポートが必要な女性
- 実施曜日 : 月曜・火曜・水曜・金曜 時間帯は相談の上決定
- 手続き : 電話もしくはメールでお申し込みください。はじめての方は事前に面会し参加内容の相談と施設をご案内させていただきます
- 費用 : 1回につき3,240円(30分)~6,480円(60分)
更衣の時間は含みません。入会金や月会費は必要ありません
- 場 所 : 東京YWCA会館 地下1階YWCAフィットネスウォオプール
*日本体育協会・日本赤十字社など水泳に関する公認資格を持つ女性インストラクターがサポートします



主催・問い合わせ

公益財団法人東京YWCA 女性の健康事業部

〒101-0062 千代田区神田駿河台 1-8-11

tel. 03-3219-2565 (YWCAフィットネスウォ)

e-mail. wow@tokyo.ywca.or.jp

<http://www.tokyo.ywca.or.jp/wellness/aqua/>

- ・JR総武線・中央線 御茶ノ水駅より徒歩5分 ・地下鉄千代田線新御茶ノ水駅より 徒歩5分
- ・地下鉄半蔵門・都営三田線・都営新宿線 ・神保町駅 A5出口より 徒歩8分

※YWCA(ワイ・ダブリュー・シー・エー/Young Women's Christian Association)は、キリスト教を基盤に、世界中の女性が言語や文化の壁を越えて力を合わせ、女性の社会参画を進め、人権や健康や環境が守られる平和な世界を実現する国際 NGO です。