

新宿ゆにスポ!

UNIVERSAL SPORTS

「新宿ゆにスポ!」は障がいのある方を主な対象とした、
だれもが楽しみながらスポーツができる場所です。
年齢・障がいのありなし問わず、どなたでも参加可能です。

日時： 毎月1回（詳細は裏面）

場所： ・新宿スポーツセンター（小体育室）
・新宿コスミックスポーツセンター（小体育室）

種目： ・ダンス
・やさしいボール運動

- ・申込み 個人で参加の場合は申し込み不要。団体（2名以上）で参加する場合は
申し込みフォーム（QR）または問い合わせ先にご連絡ください
- ・参加費 無料
- ・お問い合わせ 070-1452-5506 クリアソン新宿担当 峰尾



Enrich
the
world.

主催：新宿区

企画・運営：クリアソン新宿

申し込みはこちらから！



オンライン参加も大歓迎！



スケジュール

10月～3月

日程	時間	種目	場所
10/23(木)	10:30-11:30	やさしいボール運動	新宿スポーツセンター(小体育室)
11/26(水)	13:30-14:30	ダンス	新宿スポーツセンター(小体育室)
12/18(木)	13:30-14:30	やさしいボール運動	新宿コズミックススポーツセンター(小体育室)
1/28(水)	10:30-11:30	ダンス	新宿スポーツセンター(小体育室)
2/26(木)	13:30-14:30	やさしいボール運動	新宿スポーツセンター(小体育室)
3/25(水)	13:30-14:30	ダンス	新宿コズミックススポーツセンター(小体育室)

※受付は開始時間の30分前から

※持ちもの：動きやすい格好、室内履きシューズ、タオル、飲みもの

※定員：30名程度（オンライン参加に定員はございません）

種目・講師

ダンス

誰でも楽しめるダンスの振り付けをみんなで覚えて、一緒に踊ろう！クリアソン新宿の応援にも使えるダンスも実施します。



石田 真紀

子ども向けのチア教室の講師



やさしいボール運動

体操から始まり、誰でも簡単にできるボールを使った運動を手足を使いながら行います。



田中 三千太郎

日本パラスポーツ協会公認中級パラスポーツ指導員



アクセス

新宿スポーツセンター（小体育室）
〒169-0072 東京都新宿区大久保 3-5-1

- ・高田馬場駅（JR、西武新宿線）下車 徒歩 10 分
- ・西早稲田駅（東京メトロ副都心線）下車 徒歩 5 分

新宿コズミックススポーツセンター（小体育室）
〒169-0072 東京都新宿区大久保 3-1-2

- ・高田馬場駅（JR、西武新宿線）下車 徒歩 15 分
- ・西早稲田駅（東京メトロ副都心線）下車 3 番出口より徒歩 3 分