




ソシオ大森

12月の活動予定



日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
★コロナウイルス対策を行っています★ ～検温・マスクの着用等ご協力をお願いします～				★カーレット 10:00～11:30 [こらぼ 多目的室] ★げんき元気セミナー 14:00～15:30 [大森西出張所大会議室]	★グラウンド・ゴルフ 10:00～11:30 [北蒲ひろばグラウンド]	
4	5	6	7	8	9	10
	★わいわい！ポッチャ 14:00～15:30 [西区民センター体育館]			★椅子ヨガ 14:00～15:30 [大森西出張所大会議室]		
11	12	13	14	15	16	17
			★水曜スポーツ 『バドミントン』 19:00～21:00 [西区民センター体育館]	★カーレット 10:00～11:30 [こらぼ 多目的室] ※3木 健康講座	★グラウンド・ゴルフ 10:00～11:30 [北蒲ひろばグラウンド]	
18	19	20	21	22	23	24
	★わいわい！ポッチャ 14:00～15:30 [西区民センター体育館]		★水曜スポーツ 『卓球』 19:00～21:00 [西区民センター リクリエーションホール]	※4木 健康講座	★健康太極拳 14:00～15:30 [こらぼいろいろルーム]	
25	26	27	28	29	30	31

2023年の講座は 1月5日(木)『書初め』からスタート!!

入会のご案内 年会費 3000円

※会員特典※ 上記★の講座参加費が無料

講座名	ビジター	会員
げんき元気セミナー	200	無料
椅子ヨガ	200	無料
わいわい！ポッチャ	200	無料
グラウンド・ゴルフ	200	無料
カーレット	200	無料
健康太極拳	200	無料
水曜スポーツ/バドミントン	500	無料
水曜スポーツ/卓球	500	無料

〈持ち物〉

◆運動のできる服装 ◆汗ふきタオル ◆飲み物

※体育館の場合は室内用の運動靴

【お問い合わせ先】

総合型地域スポーツクラブ

ソシオ大森

080-7043-1181

大田区大森西 2-16-2 (こらぼ大森内)

