



# ソシオ大森



## 2023年1月の活動予定

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
				★書初め 10:00~15:00 [こらぼ 多目的室] *事前申し込み	★グラウンド・ゴルフ 10:00~11:30 [北蒲ひろばグラウンド]	
8	9	10	11	12	13	14
			★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]	★椅子ヨガ 14:00~15:30 [大森西出張所大会議室]		
15	16	17	18	19	20	21
	★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 レクリエーションホール]	★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]	
22	23	24	25	26	27	28
					★健康太極拳 14:00~15:30 [こらぼいろいろルーム] ※4木 健康講座	
29	30	31	★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～			

### 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

### 〈 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

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

【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)

