





# ソシオ大森

## 活動予定表



日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
	★ノルディック ウォーキング体験会 9:30~11:30 [こらぼ 多目的室] ※事前申し込み		★水曜スポーツ 『バドミントン』交流大会 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]  ★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]  ★健康太極拳 14:00~15:30 [こらぼいろいろルーム]	
10	11	12	13	14	15	16
	★ポッチャ交流大会 13:30~15:30 [西区民センター体育館]		★ハガキに文字を書こう 10:00~15:00 [こらぼ 多目的室] *事前申し込み	★レットライ 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]	
17	18	19	20	21	22	23
			★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	★健康太極拳 14:00~15:30 [こらぼいろいろルーム]	
24	25	26	27	28	29	30
	★わいわい！ポッチャ 14:00~15:30 [西区民センター体育館]					
				※4木 健康講座		

### 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	
わいわいポッチャ	200	
グラウンド・ゴルフ	200	
カーレット	200	
太極拳	200	
水曜スポーツ(バドミントン)	500	
水曜スポーツ(卓球)	500	

### 〈 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)

