

# 4月

# ソシオ大森



## 活動予定表

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
			★水曜スポーツ 『バドミントン』	★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]	
6	7	8	9	10	11	12
	★椅子ヨガ 14:00~15:30 [大森西出張所大会議室]			★レッツトライ 14:00~15:30 [大森西出張所大会議室]	★健康太極拳 14:00~15:30 [こらぼいろいろルーム]	
13	14	15	16	17	18	19
	★わいわい!ポッチャ		★水曜スポーツ 『卓球』	★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]	
20	21	22	23	24	25	26
		20日 ★春のハイキング 7:45~ (雨天決行) [城ヶ島] *会員限定 事前申込		22日 ★ハガキに文字を書こう 10:00~15:00 [こらぼ 多目的室] *事前申込	 ※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]
27	28	29	30	※4月『水曜スポーツ』 『わいわい!ポッチャ』 <b>中止</b>		
	★わいわい!ポッチャ					

### 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)

