

7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』 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	
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]	15日 ★カーレット大会 10:00～12:00 [こらぼ 会議室] 事前申込		★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』 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	
20	21	22	23	24	25	26
				※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	31		
	★わいわい！ポッチャ			※5木 健康講座		
＜中止＞ 4日・18日『グラウンド・ゴルフ』 14日・28日『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	
わいわいボッチャ	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)

