



# 5月 箕面東コミスポカレンダー

健康・運動・家族・仲間…まちづくり  
 〈総合型地域スポーツクラブ〉  
 箕面東コミュニティスポーツクラブ  
 ☎ 090-8378-0816  
 ショートメール・メッセージ・LINE 可

Instagram  
 日々の活動  
 発信中



@HIGASHI.COMSPORTS

5月プログラムの受付は4月19日(土)から

- 参加費 1回 子ども 300円 大人 500円(登録会員無料)
- 受付 15分前 屋外プログラムは雨天中止です
- 持ち物 体育館シューズ 飲み物 帽子 タオル 上着など
- 用具 ヨガマット ラケット ボール 自転車など貸出無料

| 月                                                                                                 | 火                                                                                          | 水                                                  | 木                                                                                               | 金                                                                                                                                    | 土                                                                                                                                            | 日                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 5/5 こどもの日<br>    | 5/6 振替休日                                                                                   | 5/7<br>スポンジテニス<br>18:30~19:20<br>小学生~大人<br>彩都の丘学園  | 5/8<br>カントリーラインダンス<br>15:30~16:30<br>大人 みどりの家<br>BMX(フラットランド) ④<br>17:10~17:40 年長~大人<br>キューズモール | 5/9<br>キンボール<br>19:00~19:50<br>小学生~大人<br>豊川北小<br> | 5/10<br>5/3 憲法記念日<br>スナッグゴルフ ⑧ 10:00~11:00<br>年長~大人 豊川南小運動場<br>ヨーガ(坂本善哉)<br>10:00~11:00 ⑧<br>大人 太陽の家                                         | 5/4<br>卓球★ 各⑥<br>A10:00~10:50<br>B11:00~11:50<br>小学生~大人<br>灯ろうの家<br>                  |
| 5/12<br>キンボール<br>19:00~19:50<br>小学生~大人<br>東小                                                      | 5/13<br>ノルディック<br>ウォーク ⑧<br>9:30~11:00<br>大人<br>粟生南公園集合                                    | 5/14<br>「ポッチャ」<br>(11:30~無料)<br>船場阪大ビロティ           | 5/15<br>バスケットボール<br>19:00~19:50<br>年長~大人<br>東小                                                  | 5/16                                                                                                                                 | 5/17<br>かけっこ教室 ⑧<br>10:00~11:00 年長~小学生<br>豊川南小運動場<br>ヨーガ(坂本) 13:00~14:00<br>大人 4中開放教室 ⑧                                                      | 5/11<br>スポーツチャンバラ★<br>10:00~10:50 年長~大人 東小<br>ポッチャ★<br>11:00~11:50 年長~大人 東小<br>スナッグゴルフ★ ⑧<br>13:00~14:00 年長~大人 東小運動場                                                     |
| 5/19 6月申込開始<br> | 5/20<br> | 5/21<br>バスケットボール<br>18:30~19:20<br>年長~大人<br>彩都の丘学園 | 5/22<br>カントリーラインダンス<br>15:30~16:30<br>大人 みどりの家<br>卓球 18:30~19:20<br>小学生~大人<br>天空の家 ⑥            | 5/23<br>ふらばーるバレーボール<br>19:00~19:50<br>年長~大人<br>豊川北小                                                                                  | 5/24<br>ヨーガ(北後)<br>10:30~11:30<br>大人<br>東学習センター<br>⑧<br> | 5/25<br>スポーツチャンバラ★<br>10:00~10:50 年長~大人 豊川南小<br>かけっこ教室★<br>11:00~11:50 年長~小学生 豊川南小<br>卓球★<br>A13:00~13:50 B14:00~14:50<br>小学生~大人 太陽の家 各⑥<br>整体操<br>15:30~16:30 大人 太陽の家 ⑩ |
| 5/26<br>バドミントン<br>19:00~19:50<br>小学生~大人<br>東小 ⑫                                                   | 5/27<br>バスケットボール<br>19:00~19:50<br>年長~大人<br>萱野東小                                           | 5/28<br>ポッチャ<br>18:30~19:20<br>年長~大人<br>彩都の丘学園     | 5/29                                                                                            | 5/30<br>スポンジテニス<br>19:00~19:50<br>小学生~大人<br>豊川北小                                                                                     | 5/31                                                                                                                                         | いつでも だれでも<br>きがるに ちかくで<br>スポーツを!                                                                                                                                         |



お問合せ・お申込は LINE もご利用ください



春のコミスポまつり 4月26日(土)

第二総合運動場体育館

“第4回コミスポ杯ポッチャ大会”

一次申込 4月18日(金)

お申し込み後2日以内に返信をします  
 返信のない場合は再度ご連絡ください  
 (定数以上の申込みがあった時は抽選)

○1チーム3人以上 最大18チーム ○定数にならない場合は2日前まで受け付けます

○2人以下での申し込みは 他の参加者と3人以上のチームを組みます

◇予選リーグはA時間(9:30~10:45) B時間(10:45~12:00)に分けて行います

◇決勝トーナメント(13:30~15:00)は6~8チームを選出

- ・チームでお申し込みの方 ①代表者の名前と連絡先 ②参加者の内訳(大人○人子ども○人)  
 ③チーム名 ④予選リーグ希望時間
- ・個人でお申し込みの方 ①名前と連絡先 ②大人または子ども ③予選リーグ希望時間