



8月箕面東コミュニティスポーツカレンダー

8月プログラムの受付開始 7月18日(金) 登録会員は2日前から先行予約できます

月	火	水	木	金	土	日
8/4 ポッチャ 19:00~19:50 年長~大人 東小	8/5	8/6 スポンジテニス 18:30~19:20 小学生~大人 彩都の丘学園	8/7 ふらばーるバレーボール 19:00~19:50 年長~大人 東小	8/1 キンボール 19:00~19:50 小学生~大人 豊川北小	8/2 豊川南納涼まつり・萱野東盆踊り ヨーガ(坂本善哉) 10:00~11:00 大人 太陽の家 ⑧	8/3 卓球★ 各⑥ A10:00~10:50 B11:00~11:50 小学生~大人 灯ろうの家
8/11	8/12	8/13	8/14	8/8	8/9 スポンジテニス★ 10:00~10:50 小学生~大人 萱野東小 ⑫ ドッチビー★ 11:00~11:50 年長~大人 萱野東小	8/10 スポーツチャンバラ★ 10:00~10:50 年長~大人 東小 ポッチャ★ 11:00~11:50 年長~大人 東小
“いつでも だれでも きがるに ちかくでスポーツ” 質の良い睡眠 バランスの良い食事 水分補給を忘れずに 適度な運動で 免疫力を高めましょう						
8/18 山の日 バドミントン 19:00~19:50 小学生~大人 東小 ⑫	8/19 	8/20 ポッチャ 18:30~19:20 年長~大人 彩都の丘学園	8/21 キンボール 19:00~19:50 小学生~大人 東小	8/22 ふらばーるバレーボール 19:00~19:50 年長~大人 豊川北小 	8/23 ヨーガ(北後) 10:30~11:30 大人 ⑧ 四中開放教室 いつもと会場が違います ご注意ください	8/24 スポーツチャンバラ★ 10:00~10:50 年長~大人 豊川南小 かけっこ教室★ 11:00~11:50 年長~小学生 豊川南小 卓球★ A13:00~13:50 B14:00~14:50 小学生~大人 太陽の家 各⑥ 整体操 15:30~16:30 大人 太陽の家 ⑩
8/25	8/26 始業式 バスケットであそぼ 19:00~19:50 年長~大人 萱野東小	8/27 キンボール 18:30~19:20 小学生~大人 彩都の丘学園	8/28 カントリーラインダンス 15:30~16:30 大人 みどりの家 卓球 18:30~19:20 ⑥ 小学生~大人 天空の家	8/29 ポッチャ 19:00~19:50 年長~大人 豊川北小	8/30	8/31

7月プログラム 予約できます お早めにどうぞ

7/18(金) 19:00~「ポッチャ」 豊川北小 年長~大人
7/19(土) 13:00~「ヨーガ」 四中開放教室 大人
7/20(日) 16:00~「ノルディックウォーク」 東小北門集合 大人
7/24(木) 15:30~「カントリーラインダンス」 みどりの家 大人
7/24(木) 18:30~「卓球」 天空の家 年長~大人
7/25(金) 19:00~「スポンジテニス」 豊川北小 小学生~大人
7/27(日) 15:30~「整体操」 太陽の家 大人
7/29(火) 19:00~「バスケットであそぼ」 萱野東小 年長~大人
7/30(水) 18:30~「ポッチャ」 彩都の丘学園 年長~大人

- 参加費 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 など
- 用具 ヨガマット ラケット ポールなど貸し出し無料

こまめに 水分補給 しましょう

夏休み特別プログラム

7月27日(日)

かけっこ教室

10:00 11:30 13:00

豊川南小学校体育館

速く走るコツ

身体の使い方 正しい姿勢

暑さに負けない
体力をつけよう



- ◇○数字は定員数 ★印は同日2回以降は100円引き
- ◇定員になればそれ以降はキャンセル待ちになります
- ◇前日までに申込者がいない時は実施しません
- ◇対象年齢以外でも申込状況によって参加することがあります
- ◇体育館シューズ(上ぐつ)は家から持ってきてください
- ◇子どもの行き帰りはご家庭で十分ご注意ください
- ◇自転車は子どもも大人もヘルメットを着用しましょう
- ◇WBGT(暑さ指標)レベル3の場合はプログラムを中止または内容を変更します
- ◇警報発令時・震度4以上の地震発生時は中止します
- 中止の場合はご連絡しますので子どもだけの参加はお迎えをお願いします



箕面東コミュニティスポーツクラブ 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)

☎ 090-8378-0816

ショート・メッセージ・LINE もご利用ください →

