



12月 箕面東コミスポカレンダー

12月プログラムの受付開始 11月20日(木) お早めにお申し込みください

- 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 ポール 自転車など無料貸出

インスタで
日々の活動
発信中



@HIGASHI.COMSPORTS

月	火	水	木	金	土	日
12/1 バドミントン 19:00~19:50 小学生~大人 東小 ⑫	12/2 スポンジテニス 18:30~19:20 小学生~大人 彩都の丘学園	12/3 スポンジテニス 18:30~19:20 小学生~大人 彩都の丘学園	12/4 スポンジテニス 18:30~19:20 小学生~大人 彩都の丘学園	12/5 ふらばーるバレーボール 19:00~19:50 年長~大人 豊川北小	12/6 スナッグゴルフ ⑩ 10:00~11:00 年長~大人 豊川南小運動場 ヨーガ(坂本善哉) 10:00~11:00 大人 太陽の家 ⑧	12/7 スポンジテニス 18:30~19:20 小学生~大人 彩都の丘学園
12/8 バドミントン 19:00~19:50 小学生~大人 東小 ⑫	12/9 ノルディック ウォーク ⑩ 10:00~11:30 大人 栗生南公園集合	12/10 11:30~ ボッチャ 船場阪大ビロティ (無料)	12/11 カントリーラインダンス 15:30~16:30 大人 みどりの家 BMX(フラットランド) ④ 17:00~17:30 年長~大人 キューズモール	12/12 スポンジテニス 18:30~19:20 小学生~大人 彩都の丘学園	12/13 スポンジテニス★ 10:00~10:50 小学生~大人 萱野東小 ⑫ ドッジビー★ 11:00~11:50 年長~大人 萱野東小	12/14 1月プログラム申込開始 スポーツチャンバラ★ 10:00~10:50 年長~大人 東小 ボッチャ★ 11:00~11:50 年長~大人 東小 スナッグゴルフ★ ⑩ 13:00~14:00 年長~大人 東小運動場 キャッチボール ★ ⑩ 14:30~15:30 年長~大人 東小運動場
12/15 バスケであそぼ 19:00~19:50 年長~大人 東小	12/16 スポンジテニス 18:30~19:20 小学生~大人 彩都の丘学園	12/17 キンボール 18:30~19:20 小学生~大人 彩都の丘学園	12/18 ふらばーるバレーボール 19:00~19:50 年長~大人 東小	12/19 スポンジテニス 19:00~19:50 年長~大人 豊川北小	12/20 かけっこ教室★ ⑩ 10:00~10:50 年長~小学生 豊川南小運動場 ヨーガ(坂本) 13:00~14:00 大人 四中開放教室 ⑧	12/21 卓球★ 各⑥ A 10:00~10:50 B 11:00~11:50 小学生~大人 灯ろうの家 キンボール★ 14:30~15:20 小4~大人 6中 ボッチャ★ 15:30~16:20 小学生~大人 6中
12/22 バドミントン 19:00~19:50 小学生~大人 東小 ⑫	12/23 スポンジテニス 18:30~19:20 小学生~大人 彩都の丘学園	12/24 小中終業式 バスケであそぼ 18:30~19:20 年長~大人 彩都の丘学園	12/25 カントリーラインダンス 15:30~16:30 大人 みどりの家 ⑥	コミスポの冬休み 12月26日~1月4日 1月カレンダーはウラをご覧ください		

- ◇○数字は定員数 ★印は同日 2 回め以降は 100 円引き
定員になれば、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にはプログラムを実施しません
◇プログラムを中止または変更する場合は予約者に連絡します
◇対象年齢以外でも申込み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
◇行き帰りはご家庭で十分ご注意ください
自転車の時は子どもも大人もヘルメットを着用しましょう
◇警報発令や震度 4 強以上の地震の時は中止
暑さ指数レベル 3 の時は屋外プログラムは中止
子どもだけの参加は連絡をしますのでお迎えをお願いします
◇インフルエンザなど学級閉鎖や休校の時には参加をお控えください

中学校部活地域展開に向けて
箕面市ではモデル検証を実施しています
新しく 第6中学校で プログラムをします
(中学生以外も参加できます)
運動は苦手・何をすればいいか迷ってる・すでに部活に入っているけど・小学生だけど・6年生じゃないけど……
誰でも参加できます いつでも だれでも きがるにスポーツ
いろいろなプログラムに 中学生もぜひ参加してください
中学生におすすめプログラム
◇スナッグゴルフ◇キンボール◇ボッチャ◇ドッジボール
◇スポーツチャンバラ◇キャッチボール◇ドッジビー
◇ふらばーるバレー◇BMX◇まだまだ いっぱいあるよ



11月プログラム申込み受付中

- 11/22(土) 10:30~ 「ヨーガ」 東学習センター 大人
11/23(日) 10:00~ 「スポーツチャンバラ」 豊川南小 年長~大人
11/23(日) 11:00~ 「かけっこ教室」 豊川南小 年長~大人
11/23(日) 13:00~ 「卓球」 太陽の家 小学生~大人
11/25(火) 19:00~ 「バスケであそぼ」 萱野東小 年長~大人
11/26(水) 18:30~ 「ボッチャ」 彩都の丘学園 年長~大人
11/27(木) 15:30~ 「カントリーラインダンス」みどりの家 大人



LINE アカウント

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・メッセージ・LINE 可