



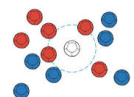
9月 箕面東コミスポカレンダー

9月プログラムの受付開始 8月17日(月)お申し込みはお早めに

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

いつでも だれでも
きがるに ちかくで
スポーツを!

月

	火	水	木	金	土	日
	9/1 	9/2 ふらばーる バレーボール 18:30～19:20 年長～小中学生～大人 彩都の丘学園	9/3 ドッチビー 19:00～19:50 年長～小中学生～大人 東小	9/4 フラッグフットボール 19:00～19:50 年長～中学生～大人 豊川北小 	9/5 スナッグゴルフ🌞 10:00～11:00 年長～中学生～大人 豊川南小運動場 ヨーガ(坂本善哉) ⑧ 10:00～11:00 大人 太陽の家	9/6 卓球★ 各⑥ A 10:00～10:50 B 11:00～11:50 小中学生～大人 灯ろうの家 キンボール★ 14:30～15:30 小4～中学生～大人 6中 ポッチャ★ 15:30～16:30 小中学生～大人 6中
月	9/7 バスケであそぼ 19:00～19:50 年長～小中学生 6中 バスケットボール 19:00～20:50 小5～中学生～大人 6中	9/8 ノルディック ウォーク 🌂 9:30～11:00 大人 栗生南公園集合	9/9  ポッチャ 11:30～(無料) 船場阪大ビロディ	9/10 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 A 17:00 B 17:30 年長～小中学生～大人 キューズモール	9/11 キンボール 19:00～19:50 小中学生～大人 豊川北小	9/12  ※スナッグゴルフ大会 11月8日予定
9/14 	9/15	9/16 キンボール 18:30～19:20 小中学生～大人 彩都の丘学園	9/17 	9/18 ポッチャ 19:00～19:50 年長～小中学生～大人 豊川北小	9/19 4中文化祭	9/20 キンボール★ 14:30～15:30 小4～中学生～大人 6中 ドッチビー★ 15:30～16:30 小中学生～大人 6中
9/21 敬老の日	9/22 休日	9/23 秋分の日	9/24 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 小中学生～大人 天空の家 ⑥	9/25 	9/26 彩都の丘まつり	9/27 卓球★ 小中学生～大人 太陽の家 A13:00～13:50 B14:00～14:50 各⑥ C15:00～15:50(主に中学生～大人)
9/28 バドミントン 19:00～19:50 小中学生～大人 東小 ⑫	9/29 	9/30 ポッチャ 18:30～19:20 年長～小中学生～大人 彩都の丘学園	健康な毎日を過ごすために 質の良い睡眠 バランスの良い食事 生活リズムを整えて 適度な運動で 免疫力を高めましょう スポーツで げんきな まいにち   			