

11月活動予定表

雪虫も飛んで冬の足音が聞こえて来ましたね！楽しみ一杯です！

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
30	<p>☆11月のスポーツチャンバラ澄川教室とヨガ&amp;ストレッチポール教室は2回とも『澄川南福祉会館』での開催となります。ご注意ください！</p> <p>☆昨年好評だった井上コーチのよる冬休みスキー教室2days(1月8、15日)今年も開催します！初級5名、中上級6名で募集中です！詳細はチラシかHPでご確認ください。</p> <p>☆朝サッカー、朝野球は雪が降るまで開催します。カレンダーには1日、8日で載っておりますが中止になったり延長になる可能性もありますので事務局にお問合せください。</p> <p>☆12月7日(日)桜山小学校体育館に元コンサドーレ札幌の選手をお迎えしてサッカー教室を開催出来る事となりました！本物を間近で見て肌で感じるチャンスです！</p> <p>また、サッカー経験者でボランティアでサポートして頂ける方がいらっしゃいましたらご協力お願い致します。ご連絡お待ちしております。</p>					1
2	3	4	5	6	7	8
<p>全国地域スポーツクラブサミットin北海道(幕別)参加</p>		<p>yoga+ (ヨガプラス) (西岡生協) 12:30~14:00</p> 	<p>ノルディックウォーキング25 9:30~12:00 真駒内公園6km</p> <p>キッズ運動遊び教室(西岡生協)</p> <p>スポチャン 18:30~20:00</p>	 <p>スポチャンは真駒内五輪児童会館にて行います。</p>		<p>朝野球教室⑱ 6:00~7:00</p> <p>サッカー体験会開催6:00~7:00</p> <p>クラブネットワークアクション参加</p> <p>水道記念館に行きましょう！ Xmasクラフトも作れます！ ※別紙参照</p>
9	10	11	12	13	14	15
	<p>サンブライト 寿楽会様 委託事業</p>	<p>yoga+ (ヨガプラス) (西岡生協) 12:30~14:00</p> <p>スポチャンは真駒内五輪児童会館にて行います。</p>	<p>ノルディックウォーキング26 final 9:30~12:00 真駒内公園6km</p> <p>キッズ運動遊び教室(西岡生協)</p> <p>スポチャン 18:30~20:00</p>		<p>スポチャン、ヨガは澄川南福祉会館にて行います。</p> <p>スポチャン 18:30~20:30</p> <p>ヨガ&amp;ストレッチポール教室 18:45~20:15</p>	
16	17	18	19	20	21	22
<p>円山動物園に行きましょう！ 9:00 集合 12:30解散 大人1000円(入場料込み) 子ども500円 雨天中止 定員9名</p>		<p>yoga+ (ヨガプラス) (西岡生協) 12:30~14:00</p> 	<p>キッズ運動遊び教室(西岡生協) 15:30~、16:30~</p> 	 <p>スポチャン、ヨガは澄川南福祉会館にて行います。</p>	<p>デリ☆デリクッキング ブレッド編 講師:小原 美裕貴先生 澄川地区センター 10:00~12:40 ※別紙参照</p> <p>スポチャン 18:30~20:30</p> <p>ヨガ&amp;ストレッチポール教室 18:45~20:15</p>	<p>一足先に冬スポーツ体験！！</p> <p>ウィンタースポーツミュージアムに行って 沢山楽しみましょう！！</p> <p>※詳細別紙</p>
23	24	25	26	27	28	29
		<p>yoga+ (ヨガプラス) (西岡生協) 12:30~14:00</p> 	<p>キッズ運動遊び教室(西岡生協) 15:30~、16:30~</p>			<p>全国地域スポーツクラブサミットin北海道(幕別)参加</p>

※各活動に必要な賛助会費が発生する場合がありますので、下記連絡先へご確認の上、ご参加くださいますようお願いいたします。

※活動中に撮った写真は広報活動に使用させて頂く事がございますのでご了承ください。(ご都合の悪い方はお知らせ下さい。)

発行元:真駒内スポーツコミュニティークラブ 〒005-0004札幌市南区澄川4条6丁目7-35(医療法人一光会幸内科クリニック内)

お問合せは・・・TEL080-3337-9150 FAX011-837-7325 e-mail:toiawase@makomanaisc.com

詳しくはホームページをご覧ください。http://www.makomanaisc.com/ 担当:事務局 二川、松山

なお、予定が変更になる場合もありますのでご了承下さい。



