

11月 I ♥ SPORTS

月間スケジュール

行きたくなる場所 会いたくなる仲間

みつけませんか?
わくわく生活



月	火	水	木	金	土	日
6 体育の日 盛岡市松園テニスコート 無料開放日	7 グラウンドゴルフサークル テニスC 笑顔ひまわり・高松教室 (高松地区保健センター) Jr.テニスS(畠山)	1 テニスC ママとベビーのハッピータイム① いきいきスポーツ倶楽部① 社交ダンス Jr.サッカー教室	2 グラウンドゴルフサークル トレッキング⑩:階上岳 Jr.テニスS うんどう大すきっ' S バドミントンC	3 文化の日 Jr.テニスS 14:00~16:00	4 ボウリングサークル テニスC	5 Jr.テニスC 8日:15:00~17:00
13 グラウンドゴルフサークル 健康ヨガ教室 ノルディックウォーキング C ソフトバレーボールサークル	14 グラウンドゴルフサークル テニスC 健康ヨガ教室 笑顔ひまわり・高松教室 (高松地区保健センター) Jr.テニスS(畠山)	8 テニスC ママとベビーのハッピータイム② いきいきスポーツ倶楽部② 社交ダンス Jr.サッカー教室	9 グラウンドゴルフサークル Jr.テニスS(畠山) Jr.テニスS(佐々木) うんどう大すきっ' S バドミントンC	10 グラウンドゴルフサークル 10月月例会 NENEgon DANCE教室 Jr.テニスS(畠山) Jr.テニスS(佐々木) バドミントンS・C	11 Jr.テニスC 7:00~9:00 ボウリングサークル テニスC	12 Jr.テニスC
20 ノルディックウォーキングC Jr.陸上教室 健康ヨガ教室 ソフトバレーボールサークル	21 テニスC 笑顔ひまわり・高松教室 (高松地区保健センター) Jr.テニスS(畠山)	15 テニスC ママとベビーのハッピータイム③ いきいきスポーツ倶楽部③ 社交ダンス Jr.サッカー教室	16 GGCファイナル大会 トレッキング打上 Jr.テニスS(畠山) Jr.テニスS(佐々木) バドミントンC	17 Jr.テニスS(畠山) Jr.テニスS(佐々木) NENEgon DANCE教室 バドミントンS・C	18 Jr.テニスC ボウリングサークル テニスC	19 Jr.テニスC まつスポ担当 カローリング体験会 盛岡南イオン14:00~
27 Jr.陸上教室 健康ヨガ教室 ソフトバレーボールサークル	28 テニスC 健康ヨガ教室 笑顔ひまわり・高松教室 (高松地区保健センター) Jr.テニスS(畠山)	22 テニスC 社交ダンス Jr.サッカー教室	23 勤労感謝の日 Jr.テニスS(畠山) 14:00~16:00	24 NENEgon DANCE教室 Jr.テニスS(畠山) Jr.テニスS(佐々木) バドミントンS・C	25 Jr.テニスC ボウリングサークル テニスC	26 Jr.テニスC
		29 テニスC ママとベビーのハッピータイム④ いきいきスポーツ倶楽部④ 社交ダンス Jr.サッカー教室	30 Jr.テニスS(畠山) Jr.テニスS(佐々木) バドミントンC			

※諸事情により、予定が変更になる場合があります。ご了承ください。

松園テニスコート
テニスC(火・水) 10:00~12:00
テニスC(土) 12:00~15:00
一般テニス教室 13:30~15:30
Jr.テニスS(木・金) 16:15~18:15
Jr.テニスC(土) 8:00~10:00
Jr.テニスC(日) 9:00~11:00

GG:グラウンドゴルフ
NW:ノルディックウォーキング
S:教室 C:サークル

松園中央公園
GGサークル 9:30~12:00
NW教室 10:00~11:30
北泉堂APコミュニティセンター
社交ダンス(水) 13:30~15:00
松園地区活動センター
ヨガ教室(月)19:00~20:30
Jr.テニスS(木) 16:15~18:15
Jr.テニスS(金) 16:15~18:15

松園地区公民館
ママベビ(水) 13:00~14:30
いきいき(水) 15:00~16:30
健康ヨガ(火) 10:00~11:30
松園地区公民館 別館
NENEgon DANCE教室(金)
・FREESTYLE 16:00~17:00
・Jr.HIPHOP 17:10~18:10
・Girl'sHIPHOP 18:20~19:20
松園小学校
Jr.テニスS(木・金) 17:00~18:30

東松園小学校
陸上(月) 17:00~18:30
サッカー(水) 17:00~18:30
ハンドボール(金) 17:00~18:30
北松園中学校
ソフバC(月) 19:30~21:00
バドミントンC(木) 19:30~21:00
バドミントンS・C(金) 19:30~21:00
北松園小学校
うんどう大すきっ'S(木) 17:00~18:30

盛岡屋内ゲートボール場
Jr.テニスS(火) 17:00~18:00
盛岡スターレーン
ボウリングC 10:00~12:00

特定非営利活動団体
まつそのスポーツクラブ
TEL&FAX: 019-663-9280
E-mail: head@matsuspo.net
URL: http://matsuspo.net



【ママとベビーのハッピータイム】

- ①ベビーダンス
- ②ベビーマッサージ
- ③ファーストサイン
- ④ママのためのエアロ

【いきいきスポーツ倶楽部】

- ①童謡・唱歌・懐メロ
- ②気功健康体操
- ③ピラティス
- ④ライフジョイトレーニング