



# 月間スケジュール



行きたい場所 会いたくなる仲間

## みつけませんか? わくわく生活



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

盛岡屋内ゲートボール場	
Jr.テニスS(火)	17:00~18:00
Jr.テニスC(日)	13:00~15:00
北県営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
NWサークル(月)	10:00~11:30

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  
 まつぞのスポーツクラブ  
 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健康ヨガ
  - ②ニュースポーツ
  - ③ひめトレ
  - ④レインボー健康体操

月	火	水	木	金	土	日
4 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	5 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)	6 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② 社交ダンス Jr.サッカー教室	7 Jr.テニスS(畠山) うんどう大すきっ' S withグルージャ盛岡 バドミントンC	8 NENEgon DANCE教室 Jr.テニスS(畠山) Jr.テニスS(佐々木・佐藤) Jr.ハンドボール教室 バドミントンS・C	9 Jr.テニスC 10:00~12:00 ボウリングサークル テニスC	10 スポーツ 社交ダンス交流大会 松園地区公民館 13:30~16:00 Jr.テニスC 10:00~13:00
11 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	12 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)	13 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③ 社交ダンス Jr.サッカー教室	14 うんどう大すきっ' S withグルージャ盛岡 バドミントンC	15 NENEgon DANCE教室 Jr.テニスS(畠山) Jr.テニスS(佐々木・佐藤) Jr.ハンドボール教室 バドミントンS・C	16 Jr.テニスC 篠木滝沢多目的研修所 13:00~15:00 ボウリングサークル	17 Jr.テニスC まつぞポ ジュニア教室 クリスマスパーティー☆ 松園地区公民館 14:00~16:00
18 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	19 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)	20 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④ 社交ダンス Jr.サッカー教室	21 うんどう大すきっ' S withグルージャ盛岡	22 Jr.テニスS(畠山) Jr.テニスS(佐々木・佐藤) Jr.ハンドボール教室 バドミントンS・C	23 Jr.テニスC いきいの村 9:00~11:00 ボウリングサークル	24 Jr.テニスC
25 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	26 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)	27 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	28 クリスマス	29 年末年始休みです。みなさん、良いお年を		30 クリスマス

※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。