

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
北海道に素晴らしい夏が来ました！3連休もありますね！外で沢山遊びましょう。また、今月は夏休みが始まりますね！今年の夏休みはどんな思い出が残るでしょうか？6月から始まった『デリ☆デリクッキング』もせっかく良い季節なので外で開催です！是非ご参加ください		1 yoga+ (ヨガプラス) (西岡生協) 12:30~14:00	2 ノルディック ウォーキング⑩ 9:30~12:00 キッズ運動遊 び教室(西岡 生協)15:30~ 16:30~	3 幸内科クリ ニック 歩く会(無料) 13:30~15:00 スポチャン、ヨガ は澄川地区セン ターにて行いま す。	4 スポチャン (澄川)18:30~ 20:30 ヨガ&ストレ ッチポール教室 18:45~20:15	5 朝野球教室⑩ 6:00~7:00
森遊び in滝野公園 13:00クリニック 集合 会員:大人100 0円 子ども70 0円 非会員: 大人1500円 子ども1000円	7 サンブライ ト 寿楽会様 委託事業 『滝野公園 お散歩、温 泉、ランチ』 10:00~ 15:15	8 yoga+ (ヨガプラス) (西岡生協) 12:30~14:00 スポチャンは真 駒内五輪児童会 館にて行います。	9 キッズ運動遊 び教室(西岡 生協)15:30~ 16:30~ スポチャン 18:30~20:00	10 	11 ノルディック ウォーキング⑪ 9:30~12:00	12 朝野球教室⑪ 6:00~7:00 デリ☆デリク ッキング特別企 画! アウトドア クッキング! 別紙参照
13 農業体験③ (全5回) 『芋畑の草取 り』の巻。 8:30クリニ ック集合 スポチャン 大会! in南小	14 	15 yoga+ (ヨガプラス) (西岡生協) 12:30~14:00	16 スペシャル ノルディック ウォーキング ツアー滝野⑫ 9:30~12:00 ¥1000 /人 (入園料込み) キッズ運動遊 び教室	17 スポチャン、ヨガ は澄川地区セン ターにて開催	18 ダンス教室体 験会! 16:30~17:30小 1~3年生対象 スポチャン 18:30~20:30 ヨガ&ストレ ッチポール教室 18:45~20:15	19 朝野球教室⑫ 6:00~7:00 サッカー体 験会開催! 6:00~7:00 会員:無料 真駒内周辺
20 	21 滝野子どもの谷 と森フェスで一 杯遊びましょう! 9:30~15:00 会費:大人120 0円子ども900 円 非会員:大 人1700円子ど も1200円定員 9名お弁当持参	22 yoga+ (ヨガプラス) (西岡生協) 12:30~14:00 スポチャンは真 駒内五輪児童会 館にて行います。	23 滝野公園様委託 事業遊具で親子 運動遊び教室 キッズ運動遊 び教室(西岡 生協)15:30~ 16:30~ スポチャン 18:30~20:00	24 	25 ノルディック ウォーキング⑬ 9:30~12:00 ダンス教室体 験会! ※別紙参照 16:30~17:30 小3~6年生対象	26 朝野球教室⑬ 6:00~7:00 幸内科 クリニック ビールパー ティー(無料) 13:30~15:00
27 野球& バーベキュー ※別紙参照	28 『サンブライ ト 会館での 各種体験会』 ☆キッズ運動遊 び教室(15:0 0~16:00) ☆スポーツチャ ンバラ(16:00~ 17:30)	29 yoga+ (ヨガプラス) (西岡生協) 12:30~14:00	30 ノルディック ウォーキング⑭ 9:30~12:00 キッズ運動遊 び教室(西岡 生協)15:30~ 16:30~	31 	今月も盛りだくさんで楽しみいっぱい です！先月の予定表で募集しま したクラブボランティアさん、お声 がけ頂きまして本当にありがとうご ざいます。これからよろしく願い 致します。クラブをより良くする為 に『クラブボランティア』さんもう少し 増えたと有り難いです。お力をお貸 し頂ける方いらっしゃいましたらご 連絡下さい。	

※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:makomanaisc_2012@me.com

詳しくはホームページをご覧ください。http://makomanaisc.p2.bindsite.jp/ 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。



