

どなたでも  
参加いただけます

「クラブ123荻窪」を応援してくださっている方々(敬称略・順不同)  
 西荻南一・二丁目南部町会 ♣ 西荻窪町会 ♣ 宮前三丁目会 ♣  
 西荻南中央会 ♣ 西荻南二丁目大和通町会 ♣ 都営久我山ア  
 パート自治会 ♣ 久我山西自治会 ♣ 松庵東町会 ♣ 松庵町会 ♣  
 久我山一丁目町会 ♣ 西荻南銀座会 ♣ そよかぜ防災会 ♣ この  
 指とまれ整骨院 ♣ 宇佐美彰朗氏(東海大学名誉教授) ♣ 一般  
 社団法人日本フライングディスク協会

※参加費の他に、年会費2,500円がかかります  
**体験参加大歓迎!!**

全て要予約(月謝制を除く)

## 1・2・3月の活動プログラム

1月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7 <b>ラ</b> 歩 <b>キ</b>
8 <b>フ</b> <b>H</b>	9	10 <b>ゴ</b> 心 <b>セ</b>	11	12 <b>ハ</b> <b>P</b>	13	14 <b>心</b> 街 江戸日 本橋
15 <b>フ</b> <b>H</b>	16	17	18	19 <b>ハ</b> <b>P</b>	20	21 <b>早</b>
22 <b>ゴ</b> ボール会 大	23	24 <b>ハ</b> <b>セ</b>	25	26 <b>ハ</b> <b>P</b>	27	28 <b>早</b> <b>キ</b>
29 <b>フ</b> <b>H</b>	30	31 <b>ハ</b>				

2月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4 <b>ラ</b> <b>キ</b> <b>早</b> クラブ 研修会
5 <b>フ</b> <b>H</b>	6	7 <b>ハ</b>	8	9 <b>ハ</b> <b>P</b>	10	11 <b>歩</b> <b>キ</b>
12 <b>フ</b> <b>H</b>	13	14 <b>ゴ</b> 心 <b>セ</b>	15	16 <b>ハ</b> <b>P</b>	17	18 <b>街</b> 内藤新宿
19 <b>フ</b> <b>H</b>	20	21	22	23	24 <b>全国SC</b> 会議	25 <b>早</b> <b>キ</b>
26 <b>フ</b> <b>H</b>	27	28 <b>ハ</b> <b>セ</b>				

3月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4 <b>早</b> <b>ラ</b> <b>キ</b>
5 <b>フ</b> <b>H</b>	6	7 <b>ハ</b>	8	9 <b>ハ</b> <b>P</b>	10	11 <b>歩</b> <b>キ</b>
12 <b>フ</b> <b>H</b>	13	14 <b>ゴ</b> 心 <b>セ</b>	15	16 <b>ハ</b> <b>P</b>	17	18 <b>街</b> 下高井戸橋
19 <b>フ</b> <b>H</b>	20	21	22	23 <b>ハ</b> <b>P</b>	24	25 <b>早</b> <b>キ</b>
26 <b>フ</b> <b>H</b>	27	28 <b>ハ</b> <b>セ</b>				

カレンダー印	種 目	曜 日	時 間	会 場	参 加 費
<b>セ</b>	セルフコンディショニング(吹矢)	第2・4火曜日	9:00~12:00	大宮前体育館 多目的室	1,000円/月謝
<b>ゴ</b>	ゴールボール	毎週火曜日	19:00~21:00	大宮前体育館・富士見丘中学校	500円/1回
<b>ハ</b>	チャリーディング ハーティーズ	毎火曜日・木曜日	(火)17:00~19:00(木)17:45~19:15	高井戸第四小学校・大宮前体育館他	5,000円~(週1回)/月謝
<b>P</b>	チャリーディング PETIT 幼児クラス	毎週木曜日	16:00~16:50	大宮前体育館 武道場	4,000円/月謝
<b>フ</b>	チャリーディング 幼児~小・中学生クラス	毎週日曜日	9:00~10:00	富士見丘中学校他	4,400円/月謝
<b>心</b>	チャダンス キッズクラス 毎週土曜	毎週土曜日	14:30~15:30	大宮前体育館 武道場	大宮前体育館へお申込みください
<b>ラ</b>	ランニング・かけっこ教室	第1土曜日	8:00~9:30	済美山運動場トラック	欠1,000円 欠500円
<b>歩</b>	マンスリーウォーキング	第2土曜日			*コースによって変わります。裏面を参照下さい。
<b>街</b>	甲州街道ウォーキング	第3土曜日			*日によっては泊まりあり。お問合せ下さい。
<b>早</b>	早朝ウォーキング	毎週土曜日	7:00~7:40	善福寺川緑地西田橋集合	無料
<b>H</b>	HIP・HOP ダンス	毎週日曜日	10:00~11:00	富士見丘中学校他	3,500円/月謝

この事業は、公益財団法人東京都スポーツ文化事業団が支援しています。

♥ 子供向  
◇ スペシャルイベント

お申込み、お問合せはお気軽に事務局へご連絡ください。

**スタッフ募集中!** 長寿応援ポイントシール もらえます

事務局

**090-4393-9993**

<http://kouiki-sports-tokyo.jp/sportsclub/>  
 c123ogikubo@docomo.ne.jp (気軽に何でもお問い合わせ下さい)



クラブ123荻窪は、地域住民で運営されている非営利団体です。  
 会員皆様の会費で運営しています。  
 年会費:大人2,500円 障害のある方・子供1,500円