

2013年4月度大洋スポーツクラブ予定表

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
		(汲上元気教室) 13:30～15:30				
7	8	9	10	11	12	13
・歩こう会月例会 9:20～くぬぎ集合 ・ニュースポーツ教室 19:00～大洋体育館		(汲上元気教室) 13:30～15:30	・ニュースポーツ教室 (大洋体育館) 14:00～16:00	・グラウンドゴルフ 9:30～くぬぎの森	・健康づくり教室 (大洋公民館) 14:00～16:00	
14	15	16	17	18	19	20
		(汲上元気教室) 13:30～15:30	・ニュースポーツ教室 (大洋体育館) 14:00～16:00	・グラウンドゴルフ 9:30～くぬぎの森	・健康づくり教室 (大洋公民館) 14:00～16:00	
21	22	23	24	25	26	27
・グラウンドゴルフ大会 9:30～くぬぎの森 ・ニュースポーツ教室 19:00～大洋体育館			・ニュースポーツ教室 (大洋体育館) 14:00～16:00	・グラウンドゴルフ 9:30～くぬぎの森	・健康づくり教室 (大洋公民館) 14:00～16:00	
28	29	30				
						
 <div style="text-align: center;"> <p>お 知 ら せ</p> <p>◎歩こう会は、9時20分にくぬぎの森に集合してください。30分出発です。 ◎グラウンドゴルフ大会はくぬぎの森です。9時30分に開始します。 ◎グラウンドゴルフサークルはくぬぎの森で。9時15分に集合願います。 ◎今月の理事会は、21日グラウンドゴルフ終了後のくぬぎの森で行います。</p> </div> 						

2013年5月度大洋スポーツクラブ予定表

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
						
5	6	7	8	9	10	11
		(汲上元気教室) 13:30～15:30	・ニュースポーツ教室 (大洋体育館) 14:00～16:00	・グラウンドゴルフ 9:30～くぬぎの森	・健康づくり教室 (大洋公民館) 14:00～16:00	
12	13	14	15	16	17	18
・歩こう会月例会 9:20～大竹集合		(汲上元気教室) 13:30～15:30	・ニュースポーツ教室 (大洋体育館) 14:00～16:00	・グラウンドゴルフ 9:30～くぬぎの森	・健康づくり教室 (大洋公民館) 14:00～16:00	
19	20	21	22	23	24	25
・グラウンドゴルフ大会 9:30～くぬぎの森 ・ニュースポーツ教室 19:00～大洋体育館		(汲上元気教室) 13:30～15:30	・ニュースポーツ教室 (大洋体育館) 14:00～16:00	・グラウンドゴルフ 9:30～くぬぎの森	・健康づくり教室 (大洋公民館) 14:00～16:00	
26	27	28	29	30	31	
		(汲上元気教室) 13:30～15:30	・ニュースポーツ教室 (大洋体育館) 14:00～16:00	・グラウンドゴルフ 9:30～くぬぎの森	・健康づくり教室 (大洋公民館) 14:00～16:00	

お 知 ら せ

- ◎歩こう会は、12日9時20分に大竹海浜公園に集合してください。30分出発です。
- ◎グラウンドゴルフ大会はくぬぎの森です。9時30分に開始します。
- ◎グラウンドゴルフサークルはくぬぎの森で。9時15分に集合願います。
- ◎今月の理事会は、12日あるこう会終了後のくぬぎの森で行います。
- ◎総会は、19日グラウンドゴルフ終了後くぬぎの森で行います。



2013年6月度大洋スポーツクラブ予定表

日	月	火	水	木	金	土
お 知 ら せ						1
<div style="display: flex; justify-content: space-between;">  <div style="text-align: center;"> <p>◎2日の歩こう会は、裏磐梯・五色沼ハイキングです。集合は5時50分です。</p> <p>◎グラウンドゴルフ大会は中居運動場です。9時30分に開始します。</p> <p>◎グラウンドゴルフサークルはくぬぎの森で。9時15分に集合願います。</p> <p>◎第1週のニュースポーツ(夜間)はハイキングの為中止します。</p> </div>  </div>						
2	3	4	5	6	7	8
・歩こう会月例会 ハイキング 裏磐梯・五色沼 *ニュースポーツは中止		(汲上元気教室) 13:30～15:30	・ニュースポーツ教室 (大洋体育館) 14:00～16:00	・グラウンドゴルフ 9:30～くぬぎの森	・健康づくり教室 (大洋公民館) 14:00～16:00	
9	10	11	12	13	14	15
		(汲上元気教室) 13:30～15:30	・ニュースポーツ教室 (大洋体育館) 14:00～16:00	・グラウンドゴルフ 9:30～くぬぎの森	・健康づくり教室 (大洋公民館) 14:00～16:00	
16	17	18	19	20	21	22
・グラウンドゴルフ大会 9:30～中居運動場 ・ニュースポーツ教室 19:00～大洋体育館		(汲上元気教室) 13:30～15:30	・ニュースポーツ教室 (大洋体育館) 14:00～16:00	・グラウンドゴルフ 9:30～くぬぎの森		
23	24	25	26	27	28	29
		(汲上元気教室) 13:30～15:30	・ニュースポーツ教室 (大洋体育館) 14:00～16:00	・グラウンドゴルフ 9:30～くぬぎの森	・健康づくり教室 (大洋公民館) 14:00～16:00	
30	フラワーアレンジメント教室 左が5月最終の作品です。					29
						

2013年7月度大洋スポーツクラブ予定表

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
		(上宿元気教室) 13:30～15:30	・ニュースポーツ教室 (大洋体育館) 14:00～16:00	・グラウンドゴルフ 9:30～くぬぎの森	・健康づくり教室 (大洋公民館) 14:00～16:00	
7	8	9	10	11	12	13
・歩こう会月例会 9:00～くぬぎ集合 ・ニュースポーツ教室 19:00～大洋体育館		(上宿元気教室) 13:30～15:30	・ニュースポーツ教室 (大洋体育館) 14:00～16:00	・グラウンドゴルフ 9:30～くぬぎの森	・健康づくり教室 (大洋公民館) 14:00～16:00	
14	15	16	17	18	19	20
		(上宿元気教室) 13:30～15:30	・ニュースポーツ教室 (大洋体育館) 14:00～16:00	・グラウンドゴルフ 9:30～くぬぎの森	・健康づくり教室 (大洋公民館) 14:00～16:00	
21	22	23	24	25	26	27
・グラウンドゴルフ大会 9:30～くぬぎの森 ・ニュースポーツ教室 19:00～大洋体育館		(上宿元気教室) 13:30～15:30	・ニュースポーツ教室 (大洋体育館) 14:00～16:00	・グラウンドゴルフ 9:30～くぬぎの森	・健康づくり教室 (大洋公民館) 14:00～16:00	・親子ラジオ体操 6:15～くぬぎの森
28	29	30	31	 		
・親子ラジオ体操 6:15～くぬぎの森						

お 知 ら せ

- ◎7日の歩こう会は、くぬぎの森に9時集合、レイクエコーに移動サンブリッジコースを歩きます。
- ◎グラウンドゴルフ大会はくぬぎの森です。9時に集合し全員で草取りを行います。
- ◎グラウンドゴルフサークルはくぬぎの森です。除草作業のため8時30分に集合願います。
- ◎ニュースポーツ(夜間)は第1と第3日曜19:00～大洋体育館で行います。
- ◎今月末から8月中の土・日曜日6時半から、**早朝親子ラジオ体操を実施します。(どなたでも参加できます)**



2013年8月度大洋スポーツクラブ予定表

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				・グラウンドゴルフ 9:00～くぬぎの森	・健康づくり教室 (大洋公民館) 14:00～16:00	・親子ラジオ体操 6:15～くぬぎの森
4	5	6	7	8	9	10
・親子ラジオ体操 6:15～くぬぎの森 ・歩こう会月例会 6:45～ラジオ体操終了後		(上宿元気教室) 13:30～15:30	・ニュースポーツ教室 (大洋体育館) 14:00～16:00	・グラウンドゴルフ 9:00～くぬぎの森	・健康づくり教室 (大洋公民館) 14:00～16:00	*5
11	12	13	14	15	16	17
*5						・親子ラジオ体操 6:15～くぬぎの森
18	19	20	21	22	23	24
・親子ラジオ体操 6:15～くぬぎの森 ・グラウンドゴルフ大会 9:30～くぬぎの森		(上宿元気教室) 13:30～15:30	・ニュースポーツ教室 (大洋体育館) 14:00～16:00	・グラウンドゴルフ 9:00～くぬぎの森	・健康づくり教室 (大洋公民館) 14:00～16:00	・親子ラジオ体操 6:15～くぬぎの森
25	26	27	28	29	30	31
・親子ラジオ体操 6:15～くぬぎの森		(上宿元気教室) 13:30～15:30	・ニュースポーツ教室 (大洋体育館) 14:00～16:00	・グラウンドゴルフ 9:00～くぬぎの森	・健康づくり教室 (大洋公民館) 14:00～16:00	・親子ラジオ体操 6:15～くぬぎの森


お 知 ら せ



- ◎今月の歩こう会は、くぬぎの森でラジオ体操終了後に付近のコースを歩きます。
- ◎グラウンドゴルフサークルはくぬぎの森です。9時00分に開始できるよう集合願います。
- ◎グラウンドゴルフ大会はくぬぎの森です。9時00分に開始できるよう集合願います。
- ◎今月のニュースポーツ教室・夜間の部は体育館の都合などもあり中止します。
- ◎8月中(除く8/10,8/11)の土・日曜日6時半から、早朝親子ラジオ体操を実施します。(どなたでも参加できます)



2013年9月度大洋スポーツクラブ予定表

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
・歩こう会月例会 9:00～鹿島灘海浜公園 ・ニュースポーツ教室 19:00～体育館		(上宿元気教室) 13:30～上宿公民館	・ニュースポーツ教室 14:00～大洋体育館	・グラウンドゴルフ 9:00～くぬぎの森	・健康づくり教室 14:00～大洋公民館	
8	9	10	11	12	13	14
		(上宿元気教室) 13:30～上宿公民館	・ニュースポーツ教室 14:00～大洋体育館	・グラウンドゴルフ 9:00～くぬぎの森	・健康づくり教室 14:00～大洋公民館	
15	16	17	18	19	20	21
・グラウンドゴルフ大会 9:00～中居運動場 ・ニュースポーツ教室 19:00～体育館		(上宿元気教室) 13:30～上宿公民館	・ニュースポーツ教室 14:00～大洋体育館	・グラウンドゴルフ 9:00～くぬぎの森	・健康づくり教室 14:00～大洋公民館	* 上級救命講習会
22	23	24	25	26	27	28
	* スポーツ・レク祭		・ニュースポーツ教室 14:00～大洋体育館	・グラウンドゴルフ・懇親会 9:00～くぬぎの森	・健康づくり教室 14:00～大洋公民館	* 鉾田スポ少祭り
29	30	<div style="text-align: center;"> <h3>お 知 ら せ</h3> <p>◎今月の歩こう会は「鹿島灘海浜公園」コースです。8時30分くぬぎの森集合して下さい。 現地集合の方は事前に連絡ください。会費の徴収をしますのでご用意ください。</p> <p>◎グラウンドゴルフ大会は中居運動場です。9時00分に開始できるよう集合願います。</p> <p>◎9/26グラウンドゴルフサークルの懇親会をくぬぎの森で行います。弁当を用意します。</p> <p>◎ニュースポーツ教室・夜間の部は毎月再開し第1. 3日曜19:00～実施します。</p> </div>				
						

2013年10月度大洋スポーツクラブ予定表

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		(上宿元気教室) 13:30～上宿公民館	・ニュースポーツ教室 14:00～大洋体育館	・グラウンドゴルフ 9:00～くぬぎの森	・健康づくり教室 14:00～大洋公民館	
6	7	8	9	10	11	12
・歩こう会月例会 9:00～ひたち海浜公園 * 8:30くぬぎの森集合		(上宿元気教室) 13:30～上宿公民館	・ニュースポーツ教室 14:00～大洋体育館	・グラウンドゴルフ 9:00～くぬぎの森	・健康づくり教室 14:00～大洋公民館	
13	14	15	16	17	18	19
		(上宿元気教室) 13:30～上宿公民館	・ニュースポーツ教室 14:00～大洋体育館	・グラウンドゴルフ 9:00～くぬぎの森	・健康づくり教室 14:00～大洋公民館	
20	21	22	23	24	25	26
・グラウンドゴルフ大会 9:00～くぬぎの森		(上宿元気教室) 13:30～上宿公民館	・ニュースポーツ教室 14:00～大洋体育館	・グラウンドゴルフ 9:00～くぬぎの森	・健康づくり教室 14:00～大洋公民館	
27	28	29	30	31		
						



お知らせ

- ◎今月の歩こう会は「常陸海浜公園」コースです。8時30分くぬぎの森に集合して下さい。
会費(500円)徴収をしますのでご用意ください。
- ◎グラウンドゴルフサークルの集合時間は9時00分です。
- ◎グラウンドゴルフ大会はくぬぎの森です。9時00分に集合願います。
- ◎ニュースポーツ教室・夜間の部は今月も休止します。再開は11月から第1. 3日曜19:00～の予定です。



2013年11月度大洋スポーツクラブ予定表

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
						
3	4	5	6	7	8	9
		(上宿元気教室) 13:30～上宿公民館	・ニュースポーツ教室 14:00～大洋体育館	・グラウンドゴルフ 9:00～くぬぎの森	・健康づくり教室 14:00～大洋公民館	
	11	12	13	14	15	16
・歩こう会ハイキング 日光鬼怒川・龍王峡 * 5:50公民館集合		(上宿元気教室) 13:30～上宿公民館	・ニュースポーツ教室 14:00～大洋体育館	・グラウンドゴルフ 9:00～大洋運動場	・健康づくり教室 14:00～大洋公民館	
17	18	19	20	21	22	23
・グラウンドゴルフ大会 9:00～くぬぎの森		(上宿元気教室) 13:30～上宿公民館	・ニュースポーツ教室 14:00～大洋体育館	・グラウンドゴルフ 9:00～くぬぎの森	・健康づくり教室 14:00～大洋公民館	
24	25	26	27	28	29	30
		(上宿元気教室) 13:30～上宿公民館	・ニュースポーツ教室 14:00～大洋体育館	・グラウンドゴルフ 9:00～大洋運動場	・健康づくり教室 14:00～大洋公民館	



お知らせ

- ◎今月の歩こう会は、ハイキングです。「鬼怒川・龍王峡」コースです。
5時50分大洋公民館に集合して下さい。6時出発です。遅刻しないように
- ◎グラウンドゴルフサークルの会場はくぬぎと大蔵になります。集合時間は9時00分です。
- ◎グラウンドゴルフ月例会大会はくぬぎの森です。9時00分に集合願います。
- ◎ニュースポーツ教室・夜間の部は今月も休止します。+



2013年12月度大洋スポーツクラブ予定表

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
・歩こう会 くぬぎの森周辺 * 8:50:くぬぎ集合		(上宿元気教室) 13:30～上宿公民館	・ニュースポーツ教室 14:00～大洋体育館	・グラウンドゴルフ 9:00～大洋運動場	・健康づくり教室 14:00～大洋公民館	
8	9	10	11	12	13	14
・大洋SC杯・GG大会 8:30～大洋運動場		(上宿元気教室) 13:30～上宿公民館	・ニュースポーツ教室 14:00～大洋体育館	・グラウンドゴルフ 9:00～くぬぎの森	・健康づくり教室 14:00～大洋公民館	
15	16	17	18	19	20	21
・グラウンドゴルフ月例会大会 9:00～中居運動場		(上宿元気教室) 13:30～上宿公民館	・ニュースポーツ教室 14:00～大洋体育館	・グラウンドゴルフ 9:00～くぬぎの森	・健康づくり教室 14:00～大洋公民館	
22	23	24	25	26	27	28
		(上宿元気教室) 13:30～上宿公民館				
29	30	31				



お知らせ

- ◎今月の歩こう会は、くぬぎの森運動公園周辺ウオークです。
- ◎グラウンドゴルフサークルの会場は大洋運動場とくぬぎの森になります。場所を間違えないように。
- ◎グラウンドゴルフ月例会大会は中居運動場です。9時00分に集合願います。
- ◎ニュースポーツ教室・夜間の部は今月も休止します。
- ◎年末は24日で終了します。年始は5日からになります。



2014年 1月度大洋スポーツクラブ予定表

日	月	火	水	木	金	土
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block; color: red; font-weight: bold;">今年もよろしくお願ひします</div>			1	2	3	4
						
5	6	7	8	9	10	11
・歩こう会 鹿島神宮初詣ウオーク * 8:50:くぬぎ集合 		(上宿元気教室) 13:30～上宿公民館	・ニュースポーツ教室 14:00～大洋体育館	・グラウンドゴルフ 9:30～くぬぎの森	・健康づくり教室 14:00～大洋公民館	
12	13	14	15	16	17	18
		(上宿元気教室) 13:30～上宿公民館	・ニュースポーツ教室 14:00～大洋体育館	・グラウンドゴルフ 9:30～くぬぎの森	・健康づくり教室 14:00～大洋公民館	
19	20	21	22	23	24	25
・グラウンドゴルフ月例大会 9:30～くぬぎの森		(上宿元気教室) 13:30～上宿公民館	・ニュースポーツ教室 14:00～大洋体育館	・グラウンドゴルフ 9:30～くぬぎの森	・健康づくり教室 14:00～大洋公民館	
26	27	28	29	30	31	
		(上宿元気教室) 13:30～上宿公民館	・ニュースポーツ教室 14:00～大洋体育館	・グラウンドゴルフ 9:30～くぬぎの森	・健康づくり教室 14:00～大洋公民館	
<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  <p style="color: red; font-weight: bold; font-size: 1.2em;">お知らせ</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>◎今月の歩こう会は、鹿島神宮初詣ウオークです。終了後昼食会を轟で行います。</p> <p>◎グラウンドゴルフサークルの会場はくぬぎの森です。1～3月は集合時間9:30～に変更します。</p> <p>◎グラウンドゴルフ月例大会はくぬぎの森です。9時30分に集合願ひます。</p> <p>◎ニュースポーツ教室・夜間の部は新年度(4月)より再開します。</p> </div> <div style="text-align: center;">  </div> </div>						

2014年 2月度大洋スポーツクラブ予定表

日	月	火	水		金	土
<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="font-size: 2em; color: #e91e63; font-weight: bold;">今月の目標：1日00…歩</div>    </div>						1
2	3	4	5	6	7	8
・歩こう会 北浦湖畔ウオーク 9:20:安塚公園集合		(上宿元気教室) 13:30～上宿公民館	・ニュースポーツ教室 14:00～大洋体育館	・グラウンドゴルフ 9:30～くぬぎの森	・健康づくり教室 14:00～大洋公民館	
9	10	11	12	13	14	15
		(上宿元気教室) 13:30～上宿公民館	・ニュースポーツ教室 14:00～大洋体育館	・グラウンドゴルフ いこいの村溜沼 8:50～くぬぎの森集合	・健康づくり教室 14:00～大洋公民館	
16	17	18	19	20	21	22
・グラウンドゴルフ大会 9:30～くぬぎの森		(上宿元気教室) 13:30～上宿公民館	・ニュースポーツ教室 14:00～大洋体育館	・グラウンドゴルフ 9:30～くぬぎの森	・健康づくり教室 14:00～大洋公民館	
23	24	25	26	27	28	
		(上宿元気教室) 13:30～上宿公民館	・ニュースポーツ教室 14:00～大洋体育館	・グラウンドゴルフ 9:30～くぬぎの森	・健康づくり教室 14:00～大洋公民館	
	<p>◎今月の歩こう会は、北浦湖畔ウオークです。安塚公園駐車場に現地集合(9:20)</p> <p>◎グラウンドゴルフサークルの会場はくぬぎの森です。2/13新年会の集合時間は8:50です。</p> <p>◎グラウンドゴルフ月例大会はくぬぎの森です。9時30分に集合願います。</p> <p>◎ニュースポーツ教室・夜間の部は新年度(4月)より再開します。</p>					

2014年 3月度大洋スポーツクラブ予定表

日	月	火	水	木	金	土
<div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="font-size: 2em; color: #e91e63; font-weight: bold;">今月の目標：1日・時間</div>    </div>						1
2	3	4	5	6	7	8
・歩こう会 千波湖・借楽園ウオーク 8:50:くぬぎの森集合		(上宿元気教室) 13:30～上宿公民館	・ニュースポーツ教室 14:00～大洋体育館	・グラウンドゴルフ 8:20～くぬぎの森集合 * 水戸 御老公の湯	・健康づくり教室 14:00～大洋公民館	
9	10	11	12	13	14	15
		(上宿元気教室) 13:30～上宿公民館	・ニュースポーツ教室 14:00～大洋体育館	・グラウンドゴルフ 9:30～くぬぎの森	・健康づくり教室 14:00～大洋公民館	
16	17	18	19	20	21	22
・グラウンドゴルフ大会 9:30～中居運動場 * 終了後表彰式		(上宿元気教室) 13:30～上宿公民館	・ニュースポーツ教室 14:00～大洋体育館	・グラウンドゴルフ 9:30～くぬぎの森		
23	24	25	26	27	28	
		(上宿元気教室) 13:30～上宿公民館	・ニュースポーツ教室 14:00～大洋体育館	・グラウンドゴルフ 9:30～くぬぎの森	・健康づくり教室 12:10～大洋公民館 * 食事会・体力測定	
	<p>◎今月の歩こう会は、千波湖～借楽園ウオークです。弁当持参してくぬぎの森集合(8:50)</p> <p>◎グラウンドゴルフサークルの会場はくぬぎの森です。3/6新年会の集合時間は8:20です。</p> <p>◎グラウンドゴルフ月例大会は中居運動場です。終了後にくぬぎの森で表彰式を行います。</p> <p>◎ニュースポーツ教室・夜間の部は新年度(4月)より再開します。</p>					