




2018年 11月度大洋スポーツクラブ予定表(改1)

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|----|----------------------|---------------------------|---|-------------------------|---|
|  <div style="border: 2px dashed blue; border-radius: 50%; padding: 10px; display: inline-block;"> <p>今年度の目標 もう 1,000歩</p> </div>  | | | | 1 | 2 | 3 |
| | | | | ・グラウンドゴルフ 8:45～くぬぎの森集合 | *文化祭 |  |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| | | 上宿元気教室 9:30～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 8:45～くぬぎの森集合 ・歩こう会役員会 13:00～くぬぎの森研修室 | ・健康づくり教室 14:00～大洋公民館 | |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| ・ハイキング(奥久慈方面) 7:00 大洋公民館発 7:20 銚田公民館発 | | 上宿元気教室 9:30～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 8:45～くぬぎの森集合 ・まつり企画会議 13:00～くぬぎの森研修室 | ・健康づくり教室 14:00～大洋公民館 | |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| ・グラウンドゴルフ大会 8:45～くぬぎの森集合 ・ニュースポーツ教室 19:00～大洋体育館 | | 上宿元気教室 9:30～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 8:45～くぬぎの森集合 | ・健康づくり教室 14:00～大洋公民館 | |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | |
| | | 上宿元気教室 9:30～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 8:45～くぬぎの森集合 | ・健康づくり教室 14:00～大洋公民館 | |

...11月度の大洋スポーツクラブ活動予定の特記事項です。...

- ◎GGサークルの活動時間は、集合8:45開始9:00場所:くぬぎの森です。
- ◎今月の歩こう会は「奥久慈・竜神溪谷」ハイキングです。集合場所・時間は大洋公民館6:50銚田公民館7:15です。
- ◎理事長杯GG大会の会場はくぬぎの森です。9時00分スタート 8時45分までに集合して下さい。
- ◎ニュースポーツ教室夜間の部は第2日曜日(11/11)お休みです。
- ◎自分の健康づくり教室は4回開催です。11/2は公民館が使用できませんので休みです。
- ◎くぬぎの森まつり反省会と慰労会を12/1or2 13:00～開催します。対象はクラブ会員全員を予定しています。詳細は後日