この事業は、公益財団法人東京都体育協会が支援しています。

6月のホワイエ上石神井定例活動の予定

日曜スポーツ午後 4日、11日、18日、25日は区利用の為休み

！ 時間変更！5/14～6月末まで 区の教室のため、午後 12:45～15:15 に時間が変わります！

種目： ソフトバレーボール(2面)、卓球(9台)、パラスポーツ(ボッチャ1面)、

時間： 12:45～15:15 6月は午後開催です！

7／2から
午前に戻ります

受付： 地下1階、競技場前にて。当日参加受付です。

費用： 大人500円、中学生200円、小学生以下100円 全員上履き持参

月曜健康(バランス教室) 5(月)、19(月) 13:00～14:30

健康体操(ストレッチ) 13(火)、27(火) 10:00～11:30

腰痛肩こり痛み予防 26(月) 13:00～14:30

受付 B1F 競技場前：事前申込み不要！1回500円、上履き持参、運動のできる服でご参加下さい