



4月ホワイエ上石神井定例活動の予定



日曜スポーツ 7日、14日、28日、4/21 ソフバ大会

※会員以外の方もご利用可能ですが、コロナ感染症対策のため、利用人数(43名迄)を設けています

種目: ソフトバレー(2面)、卓球(10台)、ユニバーサルポッチャなど(1面)

時間: 9:15~11:45

この事業は、公益財団法人東京都スポーツ協会が支援しています。

ホワイエ会員の方は
会員証を提示して無料です。

会員継続・新規のお申込みを
4月中受付けています!

受付: 地下1階、競技場前にて。当日受付参加です。

参加費: 500円/人 中学生200円 小学生以下100円

年会費: 年会員8,000円 半年会員5,000円 登録料1,000円

持ち物: 体育館履きお忘れなく! **検温を受けて下さい。マスクは個人の判断で**

日曜健康(バランス運動) 1(月)、15(月)、 13:00~14:30

健康体操(ストレッチ) 9(火)、23(火)、 10:00~11:30

腰痛 肩こい予防 22(月) 13:00~14:30

受付 B1F 競技場前: 上履持参、運動のできる服でご参加下さい。