６月・７月の各種目からのお知らせ

種　目	場　所	曜　日	時　間	お休み･連絡等
健康体操 エアロビ	秋津サッカー場 研修室 ※10時前は 入場できません	火	１０：００～１２：００	
健康体操 ストレッチ・軽ダンベル		木	１０：００～１２：００	
健康ヨガ ※バスタオル持参		金	１０：００～１２：００	
女子サッカー ※急な変更・連絡等があるので毎回必ずNBS連絡用ホームページで確認してください	茜浜グランド	火	９：３０～１１：３０	
	秋津小・体育館	金	１９：００～２１：００	
	秋津多目的広場	木	１９：００～２１：００	※ナイター代200円
	香澄小・他	土	①子ども12:30～15:00 大人13:00～15:00 ②大人(チャレンジ) １５：００～１７：００	※6/14　大人のみ多目的広場
グラウンドゴルフ	秋津多目的広場 他	月・金	９：００～１２：００	活動日 多目的-6/13・16・23・30、7/7・11 茜浜緑地-6/2・6・9、7/14・28
パークゴルフ	茜浜パークゴルフ場		９：００～１２：００	※初めて参加される方は事務局にご連絡下さい
バドミントン	第七中・体育館	火	１９：００～２１：００	※シャトル代100円
ソフトバレーボール	第七中・体育館	土	１７：３０～１９：３０	
フットサル	第七中・体育館	土	１９：００～２１：００	
バドミントン・卓球	香澄小・体育館	日	１０：００～１２：００	
少年・少女 バレーボール	香澄小・体育館	火	１７：００～１９：００	
		土	９：００～１２：００	
フラッグフットボール	香澄小・体育館	土	１３：００～１５：００	
卓球	秋津小・体育館	月・木	１９：００～２１：００	㈱ 7/21
		第2・4土	１３：００～１５：００	
テニス ※天候状況による活動の有無はNBS連絡用ホームページで確認してください 電話での問い合わせはできません	秋津テニスコート	第1・3・5日 第2・4土	9:00～9:10準備運動 ☆中学生～大人 初級者Dコート ９：１０～１０：１０ 中級者Eコート ９：１０～１１：００ 上級者Fコート ９：１０～１１：００ ☆４才～小６　Dコート １０：１０～１１：００	☆始めの10分は全体で準備運動をします ㈱ 6/15・29、7/6・20 ※年間予定表では6/1は予備日ですが大会が終了したので活動あります
		第1・3・5土	☆高校生～大人　Dコート ＊上級者９：００～１１：００	㈱ 7/19
		木	☆大人11:00～13:00 Dコート初・中級者 Eコート中・上級者	
ラグビー	茜浜グランド	土	１９：００～２１：００	
陸上	香澄小・他	土	通常練習 １４：００～１６：００	※初めて参加される方は事務局にご連絡下さい
三角ベースボール	秋津幼稚園園庭	日	１０：００～１２：００	㈱ 6/22