

## 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	茜浜グラウンド	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	(休)7/23 ※ナイター代200円
	香澄小	土	小学生13:00~15:00 大人 14:00~17:00	※時間変更 6/6 15:00~17:00 ※時間変更 6/6 15:00~17:00
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-6/19・22・29、7/6・10 茜浜緑地-6/1・5・8・12・15 7/13・24
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	(休)6/13
卓球	秋津小・体育館	月・木	19:00~21:00	(休)7/20
		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	☆始めの10分は全体で準備運動をします  (休)7/5・19  ※年間予定表では6/7は予備日ですが 大会が終了したので活動あります。
			☆4才~小6 Dコート 10:10~11:00	
		第1・3・5土	☆高校生~大人 上級者 Dコート 9:00~11:00	(休)7/18
		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	茜浜グラウンド	土	19:00~21:00	
陸上	香澄小・他	土	通常練習 13:30~17:00	※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	