



# 日程表

回数	日程	曜日	時間帯	種目	場所
1	5月7日	水	16:00~17:15	コーディネーショントレーニング	つどーむ
2	5月14日	水	16:30~17:30	かけっこ	つどーむ
3	5月22日	木	16:30~17:45	キンボール	東区体育館
4	5月29日	木			
5	6月12日	木	16:30~17:30	フットサル	東区体育館
6	6月19日	木			
7	6月27日	金	16:30~17:45	ドッジボール	東区体育館
8	7月4日	金			
9	7月9日	水	16:30~17:45	野球	美香保体育館 (美香保公園野球場)
10	7月16日	水			
11	8月18日	月	17:10~18:10	水遊び・水泳	東温水プール
12	8月19日	火			
13	9月4日	木	16:30~17:45	ミニバレー	東区体育館
14	9月11日	木			
15	9月18日	木	16:30~17:30	ダンスエクササイズ	東区体育館
16	9月25日	木			
17	10月3日	金	16:30~17:45	タグラグビー	東区体育館
18	10月10日	金			
19	10月23日	木	16:30~17:45	合気道(護身術)	東区体育館
20	11月7日	金	16:30~17:30	スケート	美香保体育館
21	11月14日	金			
22	11月20日	木	16:30~17:30	カーリング	美香保体育館
23	11月27日	木			
24	12月4日	木	16:30~17:45	ミニバス	東区体育館
25	12月11日	木			
26	12月25日	木	16:30~17:45	HIPHOP	東区体育館
27	1月8日	木			
28	1月12日	月	別途お知らせ	スポーツ能力測定会	北ガスアリーナ
29	1月22日	木	16:30~17:45	ラクロス	東区体育館
30	1月29日	木			

## 会場一覧

施設	住所	電話番号
東区体育館	東区北27条東14丁目	011-751-5250
北ガスアリーナ札幌46	中央区北4条東6丁目	011-251-1815
東温水プール	東区北16条東16丁目	011-785-6812
美香保体育館	東区北22条東5丁目	011-741-1972
つどーむ	東区栄町885番地1	011-784-2106

## 持ち物

体育館ほか	上靴、運動しやすい服装、汗ふきタオル、外靴用靴袋、(屋外実施の場合は外用運動靴)
プール	水着、水泳帽子、タオル、ゴーグル
スケート・カーリング・歩くスキー	防寒着、手袋、帽子(スケート靴をレンタルする場合は、別途料金がかかります。)