

スマイルかまた



スマイルかまた 入会ご案内
 年会費 中学生以下 1,000円
 一般 2,000円
 65歳以上 1,500円
 参加費
 種目により参加費がかかります
 直接会場にお支払ください

ホームページ <http://smile-kamata.com>
 問い合わせ info@smile-kamata.com
 おーちゃんネット <http://www.kyoudou.city.ota.tokyo.jp>
 Facebook <https://www.facebook.com/smilekamata>

2022年 8月 活動予定

会員募集中です。
 各教室の受付担当者におたずねください。

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	カキラ 北蒲広場 19時30分～20時30分			卓球 多摩川小 19時～	貯筋運動 北蒲広場 10時～11時 キンポールスポーツ 羽田中 19時～	
7	8	9	10	11	12	13
バドミントン開放 蒲田高校 18時～	カキラ 矢口区民センター 10時～11時			ウクレレ体験 矢口区民センター 10時～11時30分 卓球 多摩川小 19時～	カキラ 羽小 ランチルーム 19時30分～	
	カキラ ふれあいはずぬま 19時30分～20時30分					
14	15	16	17	18	19	20
バドミントン開放 蒲田高校 18時～	エアロピクス 東蒲小 19時30分～20時30分	殺陣エクササイズ ふれあいはずぬま 10時～11時30分 ポッチャ 大田区総合体育館 19時～21時		卓球 多摩川小 19時～	貯筋運動 北蒲広場 10時～11時 キンポールスポーツ 羽田中 19時～	
21	22	23	24	25	26	27
ウクレレ教室 矢口区民センター 14時～15時30分	ママとベビーのダンスクラス 北蒲広場 10時～11時	ポッチャ 大田区総合体育館 19時～21時	カキラ ふれあいはずぬま 10時～11時	ウクレレ教室 矢口区民センター 10時～11時30分	貯筋運動 北蒲広場 10時～11時 姿勢体操 ふれあいはずぬま 16時30分～17時30分 カキラ 羽小 ランチルーム 19時30分～	
	カキラ 矢口区民センター 10時～11時 ダンスDEスマイル 東蒲小 19時～20時30分	家族で楽しめるお茶会 ふれあいはずぬま和室 19時～		卓球 多摩川小 19時～		
28	29	30	31			
	東蒲小 19時30分～20時30分	ポッチャ 大田区総合体育館 19時～21時				

持ち物 ※運動しやすい服装でご参加ください。

共通	飲物・汗拭きタオル・室内用運動靴
カキラ・エアロピクス	ヨガマットまたはバスタオル
キンポールスポーツ	ひざ当てサポーター

参加費 ※会員の方は会員証をご提示ください

項目	教室	開放	会員	ピシター
カキラ			500円	700円
エアロピクス			600円	800円
卓球			300円	500円
キンポールスポーツ	教室		200円	300円
	開放		200円	200円
殺陣(たて)エクササイズ			800円	1000円
お茶会			500円	700円
ママとベビーのダンス			600円	600円
ボールウォーキング	ボール持参		300円	300円
	ボールなし		500円	500円
ポッチャ			200円	200円
バドミントン	教室		300円	500円
	開放		100円	200円
ウクレレ	体験		500円	500円
	教室		1000円	1200円
貯筋運動		1回	500円	

教室ご参加の際の注意事項！

- ①教室再開前後はマスクの着用・手指の消毒をお願いします。
- ②毎回(非接触型体温計にて)検温させていただきます。
- ③密接を避けるため適切な距離(概ね2メートル)の確保・ハイタッチやボディコンタクトは避けましょう。
- ④自分の使うタオル・水分・運動器具などは持参し共用しないようにしましょう。
- ⑤密接にならない距離感と不用な会話、大声での会話は慎むようにお願いします。
- ⑥更衣室や待合スペースが密接状態を避け速やかに退出を

※天候により中止になることがあります。
 ホームページなどで確認をお願いします。



東京都内の中で大田区は最大の銭湯があります。
 お好みの銭湯を探してみませんか。
 大田区浴場連合会ホームページ ota1008.com

