



田グリだより

2018年7月号

発行：一般社団法人田園調布グリーンコミュニティ
 東京都大田区田園調布2-20-15
 田園調布親睦会館内
 ☎ 03-6715-6866
 発行責任者：理事長 飯島高尚



ポールウォーキング

田グリでは、本年度大田区内のいろいろな場所で
 ポールウォーキングの活動を行なっています
 是非ご参加ください

ポールウォーキング定例会

会場 田園調布せせらぎ公園
 日時 第2・4月曜日 10:00~12:00
 ★7月8月はお休みです
 第3日曜日 10:00~12:00
 ★8月はお休みです
 参加費 メンバー1回500円チケット制
 一般1回700円
 別途レンタルポール代500円

★本年度より日曜日のクラスも増えました

スタンプカードでポイントがたまると粗品を差し上げます。
 定例会の他にも田グリ主催の体験会やPWのイベントも
 ポイントの対象です！

《お問い合わせ・お申込み》
 田園調布グリーンコミュニティ事務局
 ☎ 03-6714-6866
 ✉ info@den-green.com
<http://www.den-green.com>



1クールごとにプチ遠足も開催。
 少し遠出をして歩きます。



生き生きシニア ポールウォーキング



会場 特別養護老人ホームたまがわ
 時間 10:00~12:00
 主催 一般社団法人田園調布グリーンコミュニティ
 共催 大田区地域包括支援センターたまがわ
 講師 日本ポールウォーキング協会
 マスターコーチプロ 倉方てる美
 日程 全5回(7/30、8/20、9/3、10/15、11/19)
 参加費 無料
 ポール 貸出 500円
 定員 40名
 申込先 大田区地域包括支援センターたまがわ
 ☎03-5732-1026

ポールウォーキング体験会を 開催しました

4月5日 田園調布元気シニアプロジェクト
 5月12日 東雪自治会
 5月27日 大田区主催おたウォークにおいて体験会を実施(田園調布せせらぎ公園)

★秋以降も開催予定です。



田グリでは、ポールウォーキングの講師派遣も行っております。お気軽にお問い合わせください

☎03-6714-6866

《この事業は公益財団法人東京都スポーツ文化事業団が支援しています》

7月の予定

	月	火	水	木	金	土	日
午前							1 10:00 NWベ-シック
午後							
	2	3	4	5	6	7	8
午前		10:00 グラウンド・ゴルフ		10:00 太極拳・気功 11:15 体ケア ピラティス1,3週		9:30 NWエンジョイ	9:00 美ランニング体験会
午後	16:35 FB(低学年) 17:45 FB(高学年) 19:10 バド調布大塚小		13:00 FBキッズ(前半) 14:20 FBキッズ(後半) 19:00 ビーチボール久原	19:00 バド田園調布中 ビーチボール東一	14:20 FBキッズ(金曜) 16:35 FB(低学年) 19:00 ビーチボール雪谷		
	9	10	11	12	13	14	15
午前	10:00 ホールウォーキング	10:00 グラウンド・ゴルフ	7:00 朝活 ストレッチ&体幹 9:30 羊毛フェルト講習会	9:30 太極拳・気功 初級 10:00 シニア健康体操 11:15 体ケア ピラティス2,4週			10:00 ホールウォーキング
午後	16:35 FB(低学年) 17:45 FB(高学年) 19:10 バド調布大塚小		13:00 FBキッズ(前半) 14:20 FBキッズ(後半) 19:00 ビーチボール久原	19:00 バド田園調布中 ビーチボール東一	14:20 FBキッズ(金曜) 16:35 FB(低学年) 19:00 ビーチボール雪谷		
	16	17	18	19	20	21	22
午前		10:00 グラウンド・ゴルフ		10:00 太極拳・気功 11:15 体ケア ピラティス1,3週			
午後			13:00 FBキッズ(前半) 14:20 FBキッズ(後半) 19:00 ビーチボール久原	19:00 バド田園調布中 ビーチボール東一	14:20 FBキッズ(金曜) 16:35 FB(低学年) 19:00 ビーチボール雪谷		
	23	24	25	26	27	28	29
午前	10:00 ホールウォーキング	10:00 グラウンド・ゴルフ大会	7:00 朝活 ストレッチ&体幹	9:30 太極拳・気功 初級 10:00 シニア健康体操 11:15 体ケア ピラティス2,4週			
午後	16:35 FB(低学年) 19:10 バド調布大塚小		19:00 ビーチボール久原	19:00 バド田園調布中 ビーチボール東一	19:00 ビーチボール雪谷		
	30	31					
午前	10:00 ホールウォーキング						
午後	19:10 バド調布大塚小						

〜プログラム一覧〜

プログラム名	略称	参加費		活動場所
フットボールアカデミー	FB	1200円/1回 シーズン一括払い		調布大塚小学校体育館
フットボールアカデミーforキッズ	FBキッズ	1200円/1回 シーズン一括払い		アルプス電気西広場
バドミントンプレイス	バド調布大塚	大人500円	大人600円	調布大塚小学校体育館
	バド田園調布	小中学生300円	小中学生400円	田園調布中学校体育館
グラウンド・ゴルフ		300円	500円	せせらぎ公園多目的広場2
太極拳・気功		1000円/1回	1200円	田園調布親睦会館
体ケア・ピラティス		シーズン一括払い		田園調布親睦会館
ボールウォーキング		500円/1回チケット制	700円	せせらぎ公園
ノルディックウォーキング	NWベ-シック NWエンジョイ	500円/1回チケット制	700円	せせらぎ公園 毎月HPで告知
シニア健康体操		無料		田園調布特別出張所
ビーチボール雪谷				雪谷小学校体育館
ビーチボール久原		200円	300円	久原小学校体育館
ビーチボール東一				東調布第一小学校体育館
羊毛フェルト講習会		1000円	1200円	調布大塚自治会館

田園調布
グリーンコミュニティ
入会のご案内
年間登録料 1,500円
参加費 別途

※天候により中止となる場合があります。
ホームページ等でご確認ください。

詳しくは田園調布グリーンコミュニティ事務局
までお問い合わせください。

☎03-6715-6866

HP://www.den-green.com