

思いのほか暖かかった秋も終わりが近づき、朝に晩に空気の冷たさを感じる季節となりました。気温が低い時には体が縮こまっていますので、十分な準備運動をするなど、けがの予防に努めましょう。
また、季節の変わり目は体調も不安定になりがちですし、乾燥も気になります。コロナ感染は落ち着きを見せていますが、基本的な感染予防は引き続きお願いします。

10/30(土) 妙正寺体育館において「シニアのためのパドルテニス講習会」を開催しました。参加者45名で盛況のうちに終了しました。講習会の様子をホームページに掲載しておりますので、ご覧ください。
次回は令和4年2月19日(土)に開催の予定です。

* 各施設のご利用は事前に確認し実施してください

一般有料開放

★アドバイザー付き

クラブ	荻窪PTC	フレッシュマン	ビーチPTC	上井草PTC	PTサンフレッド	ホケットクラブ	PTCトリーム	四宮クラブ	悠々クラブ	高円寺みどり	永福PTC	クラブ
場 所	荻窪体育館	大宮前体育館		上井草体育館	妙正寺体育館			桃五小学校	井荻中学校	高円寺体育館	永福体育館	場 所
代 表	小松原	内田	江口	猪狩	鈴木	重信	柳沢	園田	秋山	佐藤	板津	代 表
窓 口	小出	内田	江口	猪狩	大江	青木	小寺	千葉	秋山	安田	金子	窓 口
電 話	03-3391-6988	090-6569-3178	090-5750-6489	090-2171-8877	03-3396-4975	0422-28-7388	090-4754-8899	03-3395-8678	03-3394-2356	03-5938-6042	090-7839-8147	電 話
1(水)		1-5		9-1								1(水)
2(木)			9-11									2(木)
3(金)	11-1								7-9		7-9 ▲	3(金)
4(土)				1-3 ■								4(土)
5(日)				5-7				1-4:30	1-5 ▲		1-5	5(日)
6(月)						11-1 ●						6(月)
7(火)		1-3 ■ ②			1-3 ②	中止			7-9			7(火)
8(水)			1-3 ■									8(水)
9(木)										11-1 ②		9(木)
10(金)	11-1 ●								7-9		7-9 ▲	10(金)
11(土)										9-1 ②		11(土)
12(日)				1-5 △				1-4:30	1-5 ▲			12(日)
13(月)						11-1 ●				11-1 ②		13(月)
14(火)		11-1 ■ ②			1-3 ②				7-9			14(火)
15(水)						1-5				1-5 ②		15(水)
16(木)			9-11									16(木)
17(金)	11-1								7-9		7-9 ▲	17(金)
18(土)				5-9 ▲								18(土)
19(日)	★1-5							1-4:30	1-5 ▲			19(日)
20(月)						11-1						20(月)
21(火)		11-1 ■ ②			1-3 ②				7-9			21(火)
22(水)			1-3									22(水)
23(木)			9-11 ■							11-1 ②		23(木)
24(金)	11-1 ●								7-9		7-9 ▲	24(金)
25(土)				1-5							1-5 ②	25(土)
26(日)				1-5 △				1-4:30				26(日)
27(月)						11-1				11-1 ②		27(月)
28(火)									7-9			28(火)
29(水)												29(水)
30(木)												30(木)
31(金)												31(金)
注記	●大宮前体 ■妙正寺 ○荻窪 ① 1面 ② 2面			■妙正寺体 ▲四宮小 △桃二小	② 2面	●大宮前体 ○荻窪体	□上井草	桃五小 3面	▲三谷小	② 2面	▲和泉学園 小 小アリーナ ② 2面	注記

※次回理事会 12月14日(火) 7時～ 荻窪体育館 会議室