

2018年 / 平成30年

7月スケジュール

今月の目標を書こう

げつ	か	すい	もく	きん	ど	にち	
月	火	水	木	金	土	日	
						1	
2	3	4	5	6	7	8	
			たいよう いえたいいくかん 太陽の家体育館 18:30集合 ~20:00	ほんごうとくべつしえんがっこうたいいくかん 本郷特別支援学校体育館 18:30集合 ~20:15			
9	10	11	12	13	14	15	
			たいよう いえたいいくかん 太陽の家体育館 18:30集合 ~20:00	ほんごうとくべつしえんがっこうたいいくかん 本郷特別支援学校体育館 18:30集合 ~20:15			
16	17	18	19	20	21	22	
			たいよう いえたいいくかん 太陽の家体育館 18:30集合 ~20:00	さいがえ スポーツセンター たいいくかん 栄スポーツセンター体育館 18:50集合 ~20:30			
23	24	25	26	27	28	29	
			たいよう いえたいいくかん 太陽の家体育館 18:30集合 ~20:00	ほんごうとくべつしえんがっこうたいいくかん 本郷特別支援学校体育館 18:30集合 ~20:15		ぜんにほん フライングディスク たいかい 全日本フライングディスク大会 こまざわ オリピック公園 駒沢オリンピック公園 (申込者のみ)	
30	31						

【お知らせ】

- ・運動をする際は水分補給が必要となりますので、スポーツドリンクをお持ちください。
 - ・汗で濡れたシャツをそのまま着ていると臭いをひく原因となります。着替えを必ずお持ちください。
- ※スケジュールは毎月20日までに配布致しますが、学校行事などで急に変更となる可能性があります。あらかじめご了承ください。