

2月末まで、60歳以上
無料キャンペーン!!

完全禁煙・金銭賭け無し

健

康

麻

雀

初心者コース開催中!!

人気!!

事前予約制

毎週：月・火・木・金
9時30分～12時30分
13時30分～16時30分

「あっ、それロン。役はタンヤオ、ドラ2ね」・・・誰かと、コミュニケーションしながら楽しめるマーじゃんというゲームは脳に刺激を与えてくれます。初心者はもちろんのこと、「役が分からない」「点数の数を教えてほしい」方には、講師の先生がお教えします。



・事前予約制です。お申し込みは共生サロン南池袋」に来所、もしくは電話にて受付いたします。

・コロナウイルス感染症対策のため、定員は1回につき16名とします。

・検温実施。マスク着用。定期的換気。卓上に透明ビニールを設置し飛沫防止。サイドテーブルに消毒液設置。麻雀牌、点数棒は3時間に1回を目安に消毒。ドアノブ定期消毒。他



一般社団法人
コミュニティネットワーク協会
理事長 渥美京子

開催場所・申し込み

共生サロン南池袋
豊島区南池袋3丁目13-9 ビスハイム池袋202

03-6256-0570



100円ショップCan★Doの2階

卓球サロン



■2月開催日 **2021年2月末まで、無料体験中です!!**

20日 (土) 27日 (土)

※時間⇒9:30 ~ 16:30 (1レッスン90分)

**初心者教室はじめました!
現在、ご予約募集中!**



初心者歓迎!!

～『卓球』ってどんなスポーツ～

屋内競技で怪我も少ない卓球は”生涯スポーツ”の代表ともいえるでしょう。小さくて軽いボールに回転をかける繊細な感覚は指先の神経を研ぎ澄ませ、早いボールにとっさに反応する事で動体視力も養うことができます。フィジカルが優先される競技では無いため、何歳から始めても決して遅いなどという事ありません。卓球は他者と気軽にコミュニケーションがはかれるだけでなく、健康寿命の向上にも大変有意義な素晴らしいスポーツです。



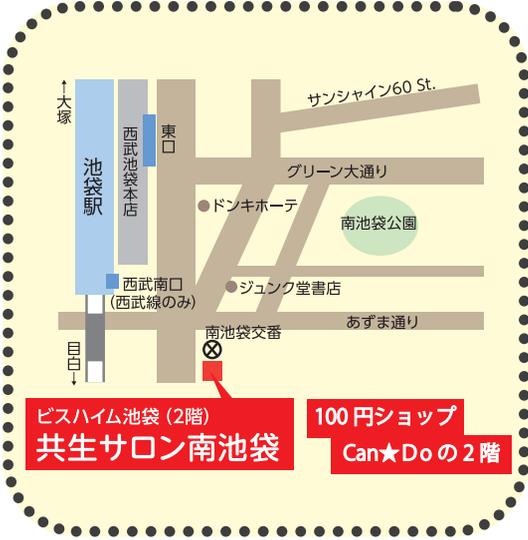
高橋洋平 講師

卓球専門店 WRM 高田馬場 店長



ワールドバザーマーケット
169-0075 東京都新宿区高田馬場4-8-9 静香ビル3F
Email: worldrubber@gmail.com
<http://rubber.ocnk.net>

卓球の楽しさや奥深さを優先した指導を心がけております。



ビスハイム池袋 (2階)
共生サロン南池袋

100円ショップ
Can★Doの2階

※コロナウィルス感染防止に気を配り、十分な対策をしております。

詳しくはお問合せください⇒

【会場】
豊島区南池袋 3-13-9 ビスハイム池袋 202
お問い合わせ先⇒☎ 03-6256-0570