

SOで身体を動かし楽しもう

1月予定表

令和7年2025プログラム予定表 1月				ページ 1	①土曜	①日曜	②土曜	②日曜	祝日	③土曜	③日曜	④土曜	④日曜	
種目	旧ブロック	チーム名	会場		4	5	11	12	13	18	19	25	26	
陸上	川口	チーム走ラン	越谷市/県民健康福祉村ジョギングコース	②④土曜			11日 9時～					25日 9時～		
	上尾 さいたま	チームらんらん	11日=上尾陸上競技場 18日=埼玉県障害者交流センターグランド	①③土曜			11日 9時30分～			18日 9時30分～				
	三郷	チームジャクション	越谷市/みさと公園ジョギングウォーキングコース	③土曜			11日 9時半～							
競泳	川口	チームオルカ	川口市東スポーツセンタープール	②④土曜			11日 12時～					25日 12時～		
	さいたま	チームドルフィン 初級クラス	埼玉県障害者交流センタープール	②土曜					13日 10時～			25日 11時～12時		
		チームドルフィン 中級クラス	埼玉県障害者交流センタープール	③土曜										
		チームドルフィン 上級クラス	さいたま市/埼玉県障害者交流センタープール						13日 11時～			25日 10時～		
三郷	チームポポ	越谷市民プール	①土曜			11日 10時45分～								
サッカー	川口	ブルーエンジェルス	越谷市/県民健康福祉村多目的広場	②④土曜			11日 9時～					25日 9時～		
	さいたま	ウイングス	埼玉県障害者交流センターグランド	②④土曜			11日 9時～					25日 9時～		
サルト	上尾	レインボ-オウエフシー	上尾市立芝川小学校フットサル場	②④日曜					中止になりました				26日 9時～	
バスケット	川口	キャンドゥ	活動をやめプログラムを解散しました		キャンドゥは、解散しSON埼玉を脱会したため 活動が終了しました									
	桶川	ラビッツ①組	桶川市坂田コミュニティセンター体育室全面	月1				12日 12時15分～						
		ラビッツ②組	桶川市坂田コミュニティセンター体育室全面	月1				12日 13時30分～						
テニス	上尾	ラブオール ①初級クラス ③ユニファイド	上尾運動公園テニスコート	②④日曜				12日 12時半～					26日 12時30分～	
		ラブオール ②組シングルス	上尾運動公園テニスコート	②④日曜				12日 14時20分～					26日 14時20分～	
	三郷	イエローラビッツ	三郷市ららシティくすのき公園テニスコート	④土曜								25日 10時～		
卓球	桶川	スマイルエンジェルス①組初級	桶川市坂田コミュニティセンター軽体育室	①③日曜		5日 13時15分～					19日 12時15分～			
		スマイルエンジェルス ②ユニファイド	桶川市坂田コミュニティセンター軽体育室	①③日曜		5日 14時20分～					19日 14時20分～			
		スマイルエンジェルスシングルス	桶川市坂田コミュニティセンター軽体育室	①③日曜		5日 15時15分～						19日 15時30分～		
	三郷	スマイルエンジェルス ①シングルス	三郷市立ピアラシティ交流センター体験学習室B	月2		5日 9時半～					18日 9時30分～			
		スマイルエンジェルス ②ユニファイド	三郷市立ピアラシティ交流センター体験学習室B			5日 11時～					18日 11時0分～			
アルペン	さいたま	エスペランサシユプール	岩原スキー場				11日・12日岩原スキー場					25日・26日岩原スキー場		
ポスノド	さいたま	スノーボー-競技	宝台樹スキー場		2日 体軸練習	5日 体軸練習	11日 ポール練習	12日 ポール練習			19日 体軸練習	25日 体軸練習		

令和7年2025プログラム予定表 1月				ページ 1	①土曜	①日曜	②土曜	②日曜	祝日	③土曜	③日曜	④土曜	④日曜
種目	旧ブロック	チーム名	会場		4	5	11	12	13	18	19	25	26
馬術	東松山	チーム比企	武蔵逍遥乗馬会から里山での外乗		随時受付です 希望日を電話にて申込予約制						090-1111-1744		
	日高	チームつばさ	つばさ乗馬苑 馬場乗馬		随時受付です 希望日を電話にて申込予約制						090-4133-5325		
柔道	さいたま	やわらのマーチ	埼玉大学柔道場	第3土曜 14時～						1月は 中止			
チア	上尾	シャイニングスターズ	上尾文化センター101	①日曜		5日 10時～						25日 JAPAN Nオープン 参加	
ポロリア	さいたま	レッドエンジェルズ	10日・埼玉県障害者交流センター体育館 19日：上尾市上平公民館9時半から	②④日曜							19日上尾市イベント		
フィギュア	上尾	ホワイトティング	埼玉アイスアリーナ	③土曜						18日 8時50分受付			
ダンス	上尾	Jポップダンス	イコス上尾リフレッシュルーム	土曜午後から						18日 13時15分～			
書道	上尾	楽しいで書	イコス上尾研修室	9時30分～							19日 9時30分～		

●ダンス よさこいのクラスはなくなり、Jポップダンスの時間内によさこいの曲目を入れます。 Jポップダンスの時間は 13時20分～15時10分

※SON埼玉では、 会場により 熱中症アラートが発令した場合 中止になることがあります

練習の出席の有無の確認はいたしません。ライン、メール、電話等での事前報告は不要です
会場に来るまでの気持ちの動きを大切に 事前報告のストレスをおこさせないために。
出席確認は 会場に来てそこで 『来たよ～』 と出席簿にチェックをすればよいです。

但し 馬術（馬を借りる予約をすることから）とさいたま競泳（交流センターで事前に入水の人数確認があるため）は例外でコーチに確認してください

お知らせ

賛助会員募集

一口3,000円

SON埼玉を応援してくれる 賛助会員を募集

紹介お願いいたします

★ イベントのお知らせ

●1月25日 チア
CheerJAPAN主催 SON CHEER
のメンバーとして パフォーマンスに参加
『ジャパンオープンチアリーディング選手権大会で
ゲストパフォーマンスとして SON埼玉より 9名参加

●2月1日（土）陸上記録会 9時30分～
上尾運動公園陸上競技場

●2月15日 陸上実技対面コーチクリニック
上尾運動公園陸上競技場 8時40分受付

● 更新手続きのお願い メールで送って下さい

送り先 30429@mub.biglobe.ne.jp

①2025SON埼玉入会申込書

一枚に参加者（ファミリー）の参加種目の✓すればよいです

②SONメディカルチェックフォーム（赤色）

③会費4,000円 ④保険申し込み振込

アスリート スポーツ保険

コーチ・ボランティアー
ティア 全国ボランティア
保険



SON埼玉キャラクター
さくばん

