

# SOで身体を動かし楽しもう

# 3月予定表

令和7年2025プログラム予定表3月				P1	①土曜	①日曜	②土曜	②日曜	③土曜	③日曜	祝日	④土曜	④日曜	④土曜	④日曜	
種目	旧ブ ロック	チーム名	会場		1	2	8	9	15	16	20	22	23	29	30	
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			8日 9時30分~					22日 9時30分~				
	上尾 さいたま	チームらんらん	8日・22日=障害者交流 センターグランド 20日=上尾陸上競技場	①③ 土曜			8日 9時30分~				20日 9時半~	22日 9時30分~				
	三郷	チームジャクソン	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					15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								22日 12時~		29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						16日 11時~		22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							16日 10時~		22日 10時~				
三郷	チームポポ	越谷市民プール	①土 曜	1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			8日 9 時~					22日 9時~				
	さいたま	ウィングス	埼玉県障害者交流センター グランド	②④ 土曜			8日 9 時~					22日 9時~				
フット	上尾	レインボーオウエ フシー	上尾市立芝川小学校フット サル場	②④ 日曜				休み					23日 9時~			
バスケット	桶川	ユニファイド バスケット	さいたま市立宮前小 学校体育館	2ヶ月 /第3 日曜	次回4 月											
	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					9日 コーチ クリ ニック 9時から							
		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												
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									23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						9日14 時20分 ~			23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								22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 2日=体育室1 16日=体育室1	①③ 日曜		2日 13時 15分~				16日 13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 2日=体育室2 16日=体育室全室	①③ 日曜		2日 14時 20分~				16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 2日=体育室2 16日体育室全室	①③ 日曜		2日 15時 15分~					16日 15時 15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イ交流 センター体験学習室B	月2					9日 9時半 ~		16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イ交流 センター体験学習室B						9日 11時~		16日 11時0 分~					
ア ス キ ン	さいたま	エスペランサシュ プール	岩原スキー場				8日・9日 岩原スキー場									
ポ ス ト ノ ー	さいたま	スノーボー競技	2・16・22・29・30日 宝台樹スキー場 8・9日岩原スキー場			2日 体軸 練習	8日 ポール 練習	9日 ポール 練習		16日 ポール 練習		22日 ポール 練習		29日 総合滑走	30日 総合滑走	

# SOで身体を動かし楽しもう

# 3月予定表

令和7年2025プログラム予定表3月				ページ	①土曜	①日曜	②土曜	②日曜	③土曜	③日曜	祝日	④土曜	④日曜	④土曜	④日曜
種目	旧ブロック	チーム名	会場		1	2	8	9	15	16	20	22	23	29	30
馬術	東松山	チーム比企	武蔵遺彦乗馬会から里山での外乗												
	日高	チームつばさ	つばさ乗馬苑 馬場乗馬												
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～					15日 14時～						
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						16日 10時～					
フロアボー	さいたま	レッドエンジェルス	障害者交流センター	②④日曜				9日9時～障害者交流センター							30日9時～障害者交流センター
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			8日 8時50分受付		13日 18時15分～発表会+バジテスト						
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					15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～									23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

※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

### ● 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](mailto:30429@mub.biglobe.ne.jp)

#### ① 2025SON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

### ● 3月20日（土）陸上合同練習 9時30分～ 上尾運動公園陸上競技場

### ● 3月9日 バasket対面実技コーチクリニック 桶川コミセン 体育室①② 9時 受付

### ● 3月13日（木） 18時15分から 埼玉アイスアリーナ フィギュアスケート発表会 ～ バジテスト

### アスリート スポーツ保険

コーチ・ボランティア

全国ボランティア  
保険

