

8月の予定

※ご注意

体育室の自由解放については、部屋の貸出希望が入った場合には、使用できなくなることもありますのでご了承下さい。

日	曜	午 前			午 後		
1	水	カラオケ男唄	10:00	会	茶友会 折り紙の集い ☆ 太極拳	1:30 1:30 2:00	二 会 体
2	木	シャクナゲ会 書楽会	10:00 10:00	体 会	☆ 予防体操(木)	2:00	体
3	金	☆ スリム体操 介護予防	10:00 10:00	体 会	☆ 健康相談 寿々奈会	1:30 1:30	相 体
4	土	フラダンス	10:00	体	ペン習字 I 卓球 ペン習字 II	1:00 2:00 3:00	会 体 会
5	日						
6	月	☆ 予防体操(月) コスモス会	10:00 10:00	体 会	☆ 健康相談 たのしい手芸	1:30 2:00	相 会
7	火	☆ レクダンス オカリナ	10:00 10:00	体 会	☆ らくらく体操 雲雀の会	2:00 1:00	体 会
8	水	自悠大学 受講手続/9:30~16:00/会議室					
		やさしい体操	10:00	体			
9	木	☆ はじめてのヨガ I ☆ はじめてのヨガ II	9:30 11:00	体 体	☆ 予防体操(木)	2:00	体
10	金	☆ スリム体操 歴史文学(前)	10:00 10:00	体 会			
11	土	書楽会(土)	10:00	会	書楽会(土)	1:30	会
12	日	<休館日>					
13	月	☆ 映画鑑賞会	10:00	会	☆ 映画鑑賞会	2:00	会
14	火	灯籠制作/9:30~16:30/体育室					
		☆ 映画鑑賞会	10:00	会	☆ 映画鑑賞会	1:40	会
15	水	灯籠制作/9:30~16:30/体育室					
		☆ 映画鑑賞会	9:40	会	☆ 映画鑑賞会	2:00	会

☆印がついている教室は自由参加です。

2012年7月25日(水)発行

日	曜	午 前			午 後		
16	木	☆ 映画鑑賞会	10:00	会	☆ 映画鑑賞会	2:00	会
17	金	介護予防	10:00	体			
18	土	フラダンス	10:00	体	卓球	2:00	体
19	日						
20	月	☆ 予防体操(月) コスモス会	10:00 10:00	体 会	卓球交流会 ☆ 健康相談	1:00 1:30	体 相
21	火	はじめての囲碁	9:30	会	四季の会 ☆ らくらく体操	1:00 2:00	会 体
22	水				俳句	2:00	会
23	木	☆ はじめてのヨガ I ☆ はじめてのヨガ II	9:30 11:00	体 体	書道かな ☆ 予防体操(木) 書道漢字	1:00 2:00 3:00	会 体 会
24	金	☆ スリム体操 歴史文学(前)	10:00 10:00	体 会	☆ 健康相談 エーデルワイス	1:30 1:30	相 会
25	土	リラックス(前)	10:00	体			
26	日	<休館日>					
27	月	☆ 予防体操(月)	10:00	体	☆ 健康相談 社交ダンス	1:30 2:00	相 体
28	火	はじめての囲碁 ☆ レクダンス	9:30 10:00	会 体	☆ らくらく体操 やさしいウクレレ	2:00 2:00	体 会
29	水	やさしい体操 カラオケ女唄	10:00 10:00	体 会	☆ 太極拳	2:00	体
30	木	シャクナゲ会 マイテジーナ	10:00 10:30	体 会	☆ 予防体操(木)	2:00	体
31	金	介護予防	10:00	体	☆ 健康相談	1:30	相