

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 土	フラダンス(前期) コーラス(前期)	10:00 10:00	体 会	卓球教室(前期) 2:00 体
2 日				
3 月	☆ 予防体操(月)	10:00	体	☆ 下町舞踊 2:00 体
4 火	レクダンス(前期)	10:00	体	☆ 健康相談 1:00 相
	もっと!いきいきトレーニング	10:00	会	雲雀の会 1:00 会
	雲雀の会	10:00	一	K. Wave '12(ウクレレ) 1:30 一
				☆ らくらく体操 2:00 体
自悠大学 手続き 9:30~16:00				
5 水	やさしい体操	10:00	体	☆ 太極拳(入門) 1:30 体
	カラオケ男唄(前期)	10:00	会	囲碁同好会亀戸 1:30 会
				茶友会 1:30 二
				☆もうちょっと太極拳 3:00 体
6 木	さわやか元気ウォーキング	9:30	ゲ	☆ 健康相談 1:00 相
	シャクナゲ会	10:00	体	☆ 予防体操(木) 2:00 体
				たのしい手芸(前期) 2:00 会
7 金	☆ スリム体操	10:00	体	かつぼれ入門教室 1:30 体
				寿々奈会 3:00 体
8 土	☆ リラックス	10:00	体	卓球教室(前期) 2:00 体
9 日	<休館日>			
10 月				やさしいウクレレ 2:00 会
11 火	もっと!いきいきトレーニング	10:00	体	☆ 健康相談 1:00 相
				K. Wave '12(ウクレレ) 1:30 会
				☆ らくらく体操 2:00 体
12 水	カラオケ女唄(前期)	10:00	会	ふれあい体操 1:15 体
13 木	☆ はじめてのヨガ I	9:30	体	
	☆ はじめてのヨガ II	11:00	体	
14 金				
15 土	舟灯籠工作会/簡単うちわ工作会 9:30~4:30(体育室)			
	涼映画会 9:30~12:00/1:30~3:00/3:00~4:30(会議室)			
16 日				
17 月	☆ 予防体操(月)	10:00	体	

※今月の「亀戸わくわくトレーニング」開催日：8月26日(水) 10:15

☆印がついている教室は自由参加です。 2015年7月25日(土)発行

日 曜	午 前		午 後	
18 火	レクダンス(前期)	10:00	体	☆ 健康相談 1:00 相
	オカリナ入門教室	10:00	会	雲雀の会 1:00 会
				K. Wave '12(ウクレレ) 1:30 一
				☆ らくらく体操 2:00 体
19 水	やさしい体操	10:00	体	☆ 太極拳(入門) 1:30 体
	やさしい英会話	10:00	会	茶友会 1:30 二
	雲雀の会	10:00	二	☆もうちょっと太極拳 3:00 体
20 木	シャクナゲ会	10:00	体	☆ 健康相談 1:00 相
	書楽会(木)	10:00	会	☆ 予防体操(木) 2:00 体
				たのしい手芸(前期) 2:00 会
21 金	☆ スリム体操	10:00	体	やさしい折り紙(前期) 2:00 会
	もっと!いきいきトレーニング	10:00	会	
	英会話クラブ	10:00	一	
22 土	☆ リラックス	10:00	体	雲雀の会 1:00 二
	書楽会(土)	10:00	会	書楽会(土) 1:30 会
23 日	<休館日>			
24 月	☆ 予防体操(月)	10:00	体	☆ 社交ダンス 2:00 体
				やさしいウクレレ 2:00 会
25 火	レクダンス(前期)	10:00	体	四季の会 1:00 会
	雲雀の会	10:00	一	K. Wave '12(ウクレレ) 1:30 体
26 水	カラオケ女唄(前期)	10:00	会	ふれあい体操 1:15 体
	亀戸わくわくトレーニング	10:15	体	囲碁同好会亀戸 1:30 会1
				ふじの会(折り紙) 1:30 会2
27 木	☆ はじめてのヨガ I	9:30	体	☆ 健康相談 1:00 相
	手芸サロン	10:00	一	書道かな 1:00 会
	マイテジーナ	10:30	会	☆ 予防体操(木) 2:00 体
	☆ はじめてのヨガ II	11:00	体	書道漢字 3:00 会
28 金	もっと!いきいきトレーニング	10:00	体	エーデルワイス 1:20 会
	歴史文学(前期)	10:00	会	さくら 1:30 体
29 土				ふれあい寄席 2:00 一
30 日				
31 月				

障害者福祉センターによる「出張販売会」を開催します!
 日程：8月19日(水) 11:00~12:30の内、1時間程度予定