

10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は、使用出来なくなる事もありますので
 ご了承下さい。

日	曜	午 前			午 後		
1	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
		書楽会(木)	10:00	会	たのしい手芸(後期)	2:00	会
2	金	☆ スリム体操	10:00	体	かつぼれ入門教室	1:30	体
					折り紙の集い	2:00	会
					寿々奈会	3:00	体
3	土	☆ ゲートボール	9:30	ゲ	卓球教室(後期)	2:00	体
		フラダンス(後期)	10:00	体	茶道入門教室	2:00	二
4	日	※設備点検に伴う 臨時休館日※					
5	月	☆ 予防体操(月)	10:00	体	☆ 下町舞踊	2:00	体
					自悠大学	2:00	会
6	火	もっと!いきいきトレーニング	10:00	体	☆ 健康相談	1:00	相
		雲雀の会	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
7	水	☆ ゲートボール	9:30	ゲ	☆ 太極拳(入門)	1:30	体
		やさしい体操	10:00	体	囲碁同好会亀戸	1:30	会
		やさしい英会話	10:00	会	茶友会	1:30	二
					☆もうちょっと太極拳	3:00	体
8	木	手芸サロン	9:30	一	☆ 健康相談	1:00	相
		☆ はじめてのヨガ I	9:30	体	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
9	金	☆ スリム体操	10:00	体	さくら	1:30	体
		歴史文学(後期)	10:00	会	エーデルワイス	1:30	会
10	土	☆ ゲートボール	9:30	ゲ	書楽会(土)	1:30	会
		☆ リラックス	10:00	体			
		書楽会(土)	10:00	会			
11	日	<休館日>					
12	月	☆ 映画鑑賞会	10:00	会	☆ 映画鑑賞会	1:30	会
13	火	レクダンス(後期)	10:00	体	四季の会	1:00	会
		はじめての水彩画教室	10:00	会	K. Wave '12(ウクレレ)	1:30	体
14	水	☆ ゲートボール	9:30	ゲ	ふれあい体操	1:15	体
		カラオケ女唄(後期)	10:00	会	シニアセミナー	2:00	会
		亀戸わくわくトレーニング	10:15	体			
15	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
					自悠大学	2:00	会

☆印がついている教室は自由参加です。

2015年9月25日(金)発行

日	曜	午 前			午 後		
16	金	☆ スリム体操	10:00	体	かつぼれ入門教室	1:30	体
		もっと!いきいきトレーニング	10:00	会	やさしい折り紙(後期)	2:00	会
		英会話クラブ	10:00	一	寿々奈会	3:00	体
17	土	☆ ゲートボール	9:30	ゲ	卓球教室(後期)	2:00	体
		フラダンス(後期)	10:00	体	茶道入門教室	2:00	二
		コーラス(後期)	10:00	会			
18	日	<休館日>					
19	月	☆ 予防体操(月)	10:00	体	☆ 下町舞踊	2:00	体
					自悠大学	2:00	会
20	火	レクダンス(後期)	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
		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
21	水	☆ ゲートボール	9:30	ゲ	絵手紙 I	1:00	会
		やさしい体操	10:00	体	☆ 太極拳(入門)	1:30	体
		カラオケ男唄(後期)	10:00	会	囲碁同好会亀戸	1:30	一
					茶友会	1:30	二
					☆ もうちょっと太極拳	3:00	体
					絵手紙 II	3:00	会
22	木	手芸サロン	9:30	一	☆ 健康相談	1:00	相
		☆ はじめてのヨガ I	9:30	体	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
23	金	歴史文学(後期)	10:00	会	エーデルワイス	1:20	会
		もっと!いきいきトレーニング	10:00	体	さくら	1:30	体
24	土	☆ ゲートボール	9:30	ゲ	書楽会(土)	1:30	会
		☆ リラックス	10:00	体			
		書楽会(土)	10:00	会			
25	日	<休館日>					
26	月	☆ 予防体操(月)	10:00	体	☆ 社交ダンス	2:00	体
		にこにご祭り事前説明会	10:00	会	自悠大学	2:00	会
27	火	レクダンス(後期)	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	四季の会	1:00	会
					K. Wave '12(ウクレレ)	1:30	一
					☆ らくらく体操	2:00	体
28	水	☆ ゲートボール	9:30	ゲ	ふれあい体操	1:15	体
		やさしい英会話	10:00	会	囲碁同好会亀戸	1:30	会1
					ふじの会(折り紙)	1:30	会2
29	木	<休館日>					
30	金	亀戸にこにご祭り 会場準備 ※会場準備の為、各室のご利用は出来ませんのでご注意ください。					
31	土	亀戸にこにご祭り 10:00~3:00 (健康相談 10:00~3:00)					