

2月 教室・イベントのお知らせ

ふれあいの里中崎 TEL・FAX 078-913-6200

日	月	火	水	木	金	土
≪今月のイベント≫ 「リトミック」 ～わらべうたであそぼう～ 2/1(日)10:00～11:00 定員 10 組 参加費無料		≪今月のイベント≫ 「体力測定会」 2/3(火)13:30～14:30 定員 20 名(要予約)		≪今月のイベント≫ 「みんなで折り紙」 2/18(火)13:30～14:30 定員 20 名(要予約)		≪今月のイベント≫ 「ココモ体操 2回目」 2/12(木)13:30～14:30 
1 「リトミック」 ～わらべうたであそぼう～ 10:00～11:00 10 組 参加費無料	2 健康体操 9:30～10:20 ヨガ(A 班) 10:30～11:20	3 健康体操 ① 9:30～10:20 ② 10:30～11:20 「体力測定会」 13:30～14:30	4 健康体操 ① 9:30～10:20 ② 10:30～11:20	5 ラジオ体操 10:00～10:15 健康体操 10:30～11:20 健康相談 9:30～12:30	6 健康体操 ① 9:30～10:20 ② 10:30～11:20 元気アップ体操 13:30～14:10	7 健康体操 ① 9:30～10:20 ② 10:30～11:20 元気アップ体操 13:30～14:10
8 	9 健康体操 9:30～10:20 ヨガ(B 班) 10:30～11:20	10 健康体操 ① 9:30～10:20 ② 10:30～11:20 元気アップ体操 13:30～14:10	11 健康体操 ① 9:30～10:20 ② 10:30～11:20	12 ラジオ体操 10:00～10:15 健康体操 10:30～11:20 ココモ体操 13:30～14:30	13 健康体操 ① 9:30～10:20 ② 10:30～11:20 元気アップ体操 13:30～14:10	14 健康体操 ① 9:30～10:20 ② 10:30～11:20 元気アップ体操 13:30～14:10
15 	16 健康体操 9:30～10:20 ヨガ(A 班) 10:30～11:20	17 健康体操 ① 9:30～10:20 ② 10:30～11:20 元気アップ体操 13:30～14:10	18 健康体操 ① 9:30～10:20 ② 10:30～11:20 「みんなで折り紙」 13:30～14:30	19 ラジオ体操 10:00～10:15 健康体操 10:30～11:20	20 健康体操 ① 9:30～10:20 ② 10:30～11:20 元気アップ体操 13:30～14:10	21 健康体操 ① 9:30～10:20 ② 10:30～11:20 元気アップ体操 13:30～14:10
22 ◆休館日	23 健康体操 9:30～10:20 ヨガ(B 班) 10:30～11:20	24 ① 9:30～10:20 ② 10:30～11:20 元気アップ体操 13:30～14:10	25 健康体操 ① 9:30～10:20 ② 10:30～11:20	26 ラジオ体操 10:00～10:15 健康体操 10:30～11:20 健康相談 9:30～12:30	27 健康体操 ① 9:30～10:20 ② 10:30～11:20 元気アップ体操 13:30～14:10	28 健康体操 ① 9:30～10:20 ② 10:30～11:20 元気アップ体操 13:30～14:10



