

7月 教室・イベントのお知らせ



ふれあいの里 二見

TEL : 078-943-4001

二見町西二見 605-1

FAX : 078-943-4001

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|--|---|--|--|---|
| | 1 健康体操 10:50~11:30 ラジオ体操 14:00~14:15 | 2 健康相談 9:30~12:30 健康体操 10:50~11:30 元気アップ体操 10:15~10:30 ヨガ 14:00~15:00 | 3 健康体操 10:50~11:30 ラジオ体操 14:00~14:15 | 4 健康体操 10:50~11:30 元気アップ体操 10:15~10:30 ラジオ体操 14:00~14:15 | 5 タオル体操 10:50~11:30 健康体操 (2F) 10:50~11:30 ラジオ体操 14:00~14:15 | 6 健康体操 10:50~11:30 元気アップ体操 10:15~10:30 |
| 7  | 8 健康体操 10:50~11:30 ラジオ体操 14:00~14:15 | 9 健康体操 10:50~11:30 元気アップ体操 10:15~10:30 ヨガ 14:00~15:00 | 10 健康体操 10:50~11:30 ラジオ体操 14:00~14:15 | 11 健康体操 10:50~11:30 元気アップ体操 10:15~10:30 ラジオ体操 14:00~14:15 | 12 ヨガ体操 10:50~11:30 健康体操 (2F) 10:50~11:30 ラジオ体操 14:00~14:15 | 13 健康体操 10:50~11:30 元気アップ体操 10:15~10:30 |
| 14  | 15 健康体操 10:50~11:30 ラジオ体操 14:00~14:15 | 16 健康相談 9:30~12:30 健康体操 10:50~11:30 元気アップ体操 10:15~10:30 ヨガ 14:00~15:00 | 17 健康体操 10:50~11:30 ラジオ体操 14:00~14:15 | 18 健康体操 10:50~11:30 元気アップ体操 10:15~10:30 元気アップ講座 「歌って奏でて♪音楽療法」 14:00~15:00 | 19 ヨガ体操 10:50~11:30 健康体操 (2F) 10:50~11:30 ラジオ体操 14:00~14:15 | 20 健康体操 10:50~11:30 元気アップ体操 10:15~10:30 |
| 21  | 22 健康体操 10:50~11:30 ラジオ体操 14:00~14:15 | 23 健康体操 10:50~11:30 元気アップ体操 10:15~10:30 | 24 健康体操 10:50~11:30 ラジオ体操 14:00~14:15 | 25 健康体操 10:50~11:30 元気アップ体操 10:15~10:30 ラジオ体操 14:00~14:15 | 26 タオル体操 10:50~11:30 健康体操 (2F) 10:50~11:30 ラジオ体操 14:00~14:15 | 27 健康体操 10:50~11:30 元気アップ体操 10:15~10:30 |
| 28 ◆休館日 | 29 健康体操 10:50~11:30 ラジオ体操 14:00~14:15 | 30 健康体操 10:50~11:30 元気アップ体操 10:15~10:30 | 31 健康体操 10:50~11:30 ラジオ体操 14:00~14:15 | <p>【スペシャルイベント】 7月18日(木)14:00~15:00 元気アップ講座「歌って奏でて♪音楽療法」 音楽療法士の方と一緒に音楽を通して楽しく 健康づくりをしませんか！ 14:00~15:00(要予約)</p> | |  |