

2018年1月ごみゅにていー・パティオ 海鈴 教室 予約制 TEL 61-0476

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	年始は8日までお休みさせていただきます。					
7	8	9	10	11	12	13
		ポール・ウォーキング教室	ノルディック・ウォーキング		健康マー جان	健康マー جان
ODC例会		介護予防 9時~11時	集合大磯駅 8時半		10時~12時	10時~12時
9時~12時			シニア・ヨガ教室	シニア・ヨガ教室		
			10時~11時半	10時~11時半	健康マー جان	健康マー جان
		書写教室	古武術腰痛解消教室	絵画教室	13時~15時	13時~15時
		15時~19時	14時~15時	13時~15時		
				書道教室		
				15時半~16時半		
14	15	16	17	18	19	20
朝ヨガ教室		ポール・ウォーキング教室	ノルディック・ウォーキング	新パステルアート教室	健康マー ジャン	健康マー ジャン
①8時~②10時~		介護予防 9時~11時	集合海鈴 8時半	10時~11時半	10時~12時	10時~12時
	シニア・ヨガ教室	リンパ施術	シニア・ヨガ教室			
	10時~11時半	10時~17時	10時~11時半		健康マー ジャン	健康マー ジャン
	玄米ダンベル体操	書写教室	セルフ・リンパ教室		13時~15時	13時~15時
	14時~15時	15時~19時	14時~15時			
21	22	23	24	25	26	27
朝ヨガ教室		ポール・ウォーキング教室	ノルディック・ウォーキング	シニア・ヨガ教室	健康マー ジャン	健康マー ジャン
①8時~②10時~		介護予防 9時~11時	集合大磯駅 8時半	10時~11時半	10時~12時	10時~12時
	シニア・ヨガ教室		シニア・ヨガ教室	書道教室		
大磯市	10時~11時半		10時~11時半	15時半~16時半	健康マー ジャン	健康マー ジャン
9時~14時	玄米ダンベル体操	書写教室		絵画教室	13時~15時	13時~15時
	14時~15時	15時~19時		13時~15時		
28	29	30	31			
朝ヨガ教室	シニア・ヨガ教室	ポール・ウォーキング教室	ノルディック・ウォーキング		海鈴主催 教室	大磯だいすき倶楽部
①8時~②10時~	10時~11時半	介護予防 9時~11時	集合海鈴 8時半		利用料金 500円/1回	関連行事
	玄米ダンベル体操	リンパ施術			交通費・材料費等実費	大磯町介護予防事業
	14時~15時	10時~17時			貸しスペース 利用料金は	
		書写教室				
		15時~19時			教室によって異なります	