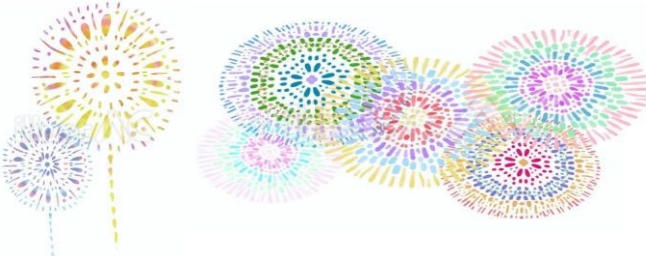


	月	火	水	木	金
	3	4	5	6	7
AM		「チャイニーズエクササイズ」 恩田 享位	「エクササイズ」 小山 雅弘		「メンテナンスヨガ」 野堀 あや子
PM		「芸術」 及部 智子/内田 えい子	「わかばBand♪」 折山 もと子		「ものづくり大学」 羽田 舞子
	10	11	12	13	14
AM		山の日	「芸術」 内田 えい子/及部 智子		お盆休み
PM			「本山式筋トレ」 本山 輝幸		
	17	18	19	20	21
AM		「エクササイズ」 小山 雅弘	「シナプソロジー」 早川 昌宏		「エクササイズ」 大月 直美
PM		「音楽の輪♪」 武沢 幾子/小山 文代	「わかばBand♪&コーラス」 折山 もと子/宮島 緑		「芸術」 及部 智子/都築 奈穂子
	24	25	26	27	28
AM		「脳活力フィットネス」 根本 みゆき	「ものづくり大学」 羽田 舞子		「マットス」
PM		プレゼンテーション 「わたしの〇〇」	「本山式筋トレ」 本山 輝幸		「筆文字アート」 長谷川 ゆかり
	31	 運動 ・プログラムは変更となる場合があります。ご了承ください。 ・お休みされる場合には受付にお伝えください。(029-853-3644)			
AM					
PM					

