

3月

● はーもにー スケジュール表 ●

日	月	火	水	木	金	土
1	2	機能改善教室 9:30~11:30	やさしい体操 9:20~12:00 硬筆 15:00~17:00		趣味の会 10:00~12:00 硬筆 15:00~17:00	7
8	9	機能改善教室 9:30~11:30 脳いきいき 13:00~	やさしい体操 9:20~12:00 硬筆 15:00~17:00	フィットネス教室 9:30~11:30	趣味の会 10:00~12:00 硬筆 15:00~17:00	14
15	16	機能改善教室 9:30~11:30	やさしい体操 9:20~12:00 硬筆 15:00~17:00	カフェ 10:00~12:00	20	21
22	23	機能改善教室 9:30~11:30 脳いきいき 13:00~	やさしい体操 9:20~12:00 硬筆 15:00~17:00	フィットネス教室 9:30~11:30	趣味の会 10:00~12:00 硬筆 15:00~17:00	28
29	30	機能改善教室 9:30~11:30				
			【ラジオ体操やってます！】 月~土 6:20~7:00 はーもにー駐車場		スケジュール表は2/10現在のものです	

31日(水) 安本先生はお休み

4月

● はーもにー スケジュール表 ●

日	月	火	水	木	金	土
			やさしい体操 9:20~12:00 硬筆 15:00~17:00		趣味の会 10:00~12:00 硬筆 15:00~17:00	4
5	6	機能改善教室 9:30~11:30	やさしい体操 9:20~12:00 硬筆 15:00~17:00	フィットネス教室 9:30~11:30	趣味の会 10:00~12:00 硬筆 15:00~17:00	11
12	13	機能改善教室 9:30~11:30 脳いきいき 13:00~	やさしい体操 9:20~12:00 硬筆 15:00~17:00	カフェ 10:00~12:00	趣味の会 10:00~12:00 硬筆 15:00~17:00	18
19	20	機能改善教室 9:30~11:30	やさしい体操 9:20~12:00 硬筆 15:00~17:00	フィットネス教室 9:30~11:30	趣味の会 10:00~12:00 硬筆 15:00~17:00	25
26	27	機能改善教室 9:30~11:30 脳いきいき 13:00~	やさしい体操 9:20~12:00	30		
			【ラジオ体操やってます！】 月~土 6:20~7:00 はーもにー駐車場		スケジュール表は2/10現在のものです	