

夢もやい館 体操教室 開催予定

R8年10月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
【教室参加時の注意事項】 ・武蔵ヶ丘病院(カロリーカフェ)と各コミュニティセンターは <u>車での来場ができません。</u> ご理解とご協力をお願いいたします。 ・教室開始30分前からの受付になります。 ・参加費 健康体操 200円 武蔵ヶ丘病院(カロリーカフェ) 無料 ヨガ 400円 ピラティス 500円				休み	休み	休み
4	5	6	7	8	9	10
	午 前:武蔵ヶ丘病院 カロリーカフェ 10:00～11:00 午 後:武蔵 コミュニティセンター 14:00～15:00	午 前:龍田公民館 10:00～11:00 午 後:ハンキードーリー ダンススタジオ ヨガ教室 14:00～14:45	午 前:楠コミュニティ センター 10:00～11:00 午 後:武蔵ヶ丘病院 カロリーカフェ 15:30～16:30	午 前:武蔵ヶ丘病院 カロリーカフェ 10:00～11:00 午 後:龍田公民館 ピラティス 14:00～15:00	休み	午 後:武蔵ヶ丘病院 カロリーカフェ 14:00～15:00
11	12	13	14	15	16	17
		午 前:武蔵ヶ丘病院 カロリーカフェ 10:00～11:00 午 後:ハンキードーリー ダンススタジオ ヨガ教室 14:00～14:45 午 後:武蔵ヶ丘病院 カロリーカフェ 15:30～16:30	午 後:楠6町内集会所 14:00～15:00	午 前:武蔵ヶ丘病院 カロリーカフェ 10:00～11:00 午 後:龍田公民館 ピラティス 14:00～15:00	午 前:武蔵 コミュニティセンター 10:00～11:00 午 後:武蔵ヶ丘病院 カロリーカフェ 14:00～15:00	午 前:楡木コミュニティ センター 10:00～11:00 午 後:武蔵ヶ丘病院 カロリーカフェ 14:00～15:00
18	19	20	21	22	23	24
	午 前:武蔵ヶ丘病院 カロリーカフェ 10:00～11:00 午 後:武蔵 コミュニティセンター 14:00～15:00	午 前:龍田公民館 10:00～11:00	午 前:楠コミュニティ センター 10:00～11:00 午 後:武蔵ヶ丘病院 カロリーカフェ 14:00～15:00	午 前:武蔵ヶ丘病院 カロリーカフェ 10:00～11:00 午 後:龍田公民館 ピラティス 14:00～15:00	休み	からだ元気フェスタ 10:00～15:00 会場 かがやき館
25	26	27	28	29	30	31
	午 前:武蔵ヶ丘病院 カロリーカフェ 10:00～11:00 午 後:武蔵 コミュニティセンター 14:00～15:00	午 前:武蔵ヶ丘病院 カロリーカフェ 10:00～11:00 午 後:ハンキードーリー ダンススタジオ ヨガ教室 14:00～14:45	午 後:楠6町内集会所 14:00～15:00	午 前:武蔵ヶ丘病院 カロリーカフェ 10:00～11:00 午 後:楠6町内集会所 14:00～15:00	午 前:龍田公民館 10:00～11:00	午 前:楡木コミュニティ センター 10:00～11:00 午 後:武蔵ヶ丘病院 カロリーカフェ 14:00～15:00