

R1.7月～8月

日	月	火	水	木	金	土
		7月16日	17	18	19	20
		元氣アップ足腰 19会議室 11 14:00～16:00	元氣アップ脳トレ 原町住区1.2会議室 9:30～11:30 ⑩			
21	22	23	24	25	26	27
		元氣アップ足腰 19会議室 終 14:00～16:00	元氣アップ脳トレ 原町住区1.2会議室 9:30～11:30 ⑪	脳と体のトレーニング 原町 10:00～11:30 ③		
28	29	30	7月31日	8月1日	2	3
12:30受 13～15サルカニ 中目トライ			元氣アップ脳トレ 原町住区1.2会議室 9:30～11:30 終	経絡ストレッチ ③ 10:00～11:30 中町		
4	5	8月6日	7	8	9	10
		スローエイジング 10:00～11:30 向原 ④				
11	12	13	14	15		