

H30.6月～7月

日	月	火	水	木	金	土
						16
17	18	19	20	21	22	23
	からだ元気アップ E会議 ⑤午後		東が丘10:30~11	三田分室10~ 11:30 ②		
		筋トレ⑬			筋トレ⑭	
24	25	26	27	28	29	6月30日
	からだ元気アップ E会議 ⑥午後			下目黒10~11:30 ②	大岡山東 10~11:30 1回のみ	
		筋トレ⑮			筋トレ⑯	
7月1日	2	3	4	5	6	7
	向原10~11:30 ③	東山14:00~15:30 ②				
	からだ元気アップ E会議 ⑦午後	筋トレ⑰			筋トレ⑱	
8	9	10	11	12	13	14
	からだ元気アップ E会議 ⑧午後	筋トレ⑲			自由が丘 ③ 10~11:30	
					筋トレ⑳	
15						