



健幸ストレッチ教室



【内容】 ストレッチと簡単な体操
【時間】 11:30～12:30 (11:00～受付)

※日程は急に変更になる場合があります。ご了承ください。

10

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
		1	★ 2	3	4	5
6	7	8	★ 9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	★ 23	24	25	26
27	28	29	★ 30	31		

1

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
			1	2	3	4
5	6	7	★ 8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	★ 22	23	24	25
26	27	28	★ 29	30	31	

11

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
					1	2
3	4	5	★ 6	7	8	9
10	11	12	★ 13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	★ 27	28	29	30

2

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
						1
2	3	4	★ 5	6	7	8
9	10	11	★ 12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	★ 26	27	28	

12

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
1	2	3	★ 4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	★ 25	26	27	28
29	30	31				

3

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
						1
						2
						3
						4
						5
						6
						7
						8
						9
						10
						11
						12
						13
						14
						15
						16
						17
						18
						19
						20
						21
						22
						23
						24
						25
						26
						27
						28
						29
						30
						31

ふれあいホール修繕工事のため、
講座は中止となります。