

2022年2月 ワンポイントアドバイス



日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
					AM 瀬川 (美容) 10:30~ 13:30	PM 野村 (運動) 14:00~ 17:00
6	7	8	9	10	11	12
			野村 (運動) 14:00~ 17:00	瀬川 (美容) 10:30~ 13:30		
13	14	15	16	17	18	19
	大瀬 (食) 10:30~ 13:30	全館 休館日			野村 (運動) 14:00~ 17:00	2/18 ミニ講座 14:00 ~15:00 @あ・し・た
20	21	22	23	24	25	26
	大瀬 (食) 14:00~ 17:00	2/21 ミニ講座 14:00 ~14:30	野村 (運動) 10:30~ 13:30	2/23 ミニ講座 10:30~ 11:30 @あ・し・た	大瀬 (食) 14:00~ 17:00	2/25 ミニ講座 14:00 ~14:30
27	28	2月のイベント 2/14(月)、28(月) 13:15~ ポールウォーキング体験教室				

(1月18日版)

※ 都合により、予定が変更される場合があります。