

2017年7月 <改訂版> ワンポイントアドバイス



日	月	火	水	木	金	土
						1
7月のイベント 7/10, 24 ポールウォーキング体験教室 7/8 ポールウォーキングを楽しむ会						
2	3 <small>A B</small>	4	5	6 <small>A B</small>	7	8
7/9ミニ講座 10:30 ~11:30 @レジコミュ			野村 (運動) 14:00~ 17:00			
9	10	11	12 <small>A</small>	13 <small>B</small>	14	15
野村 (運動) 10:30~ 13:30	7/10 14:00~予定されていた 大瀬先生の食のアドバイスは 申し訳ありませんが、 都合により、中止と させていただきます。		野村 (運動) 14:00~ 17:00	7/19 ミニ講座 14:00 ~14:30	瀬川 (美容) 10:30~ 13:30	
16	17	18 <small>A</small>	19 <small>AM PM</small>	20 <small>B</small>	21	22
			野村 (運動) 10:30~ 13:30	大瀬 (食) 14:00~ 17:00	瀬川 (美容) 10:30~ 13:30	野村 (運動) 13:30~ 16:30
23	24	25	26	27	28	29
	阿部 (肩・腰・膝) 13:30~ 15:00			7/27 ミニ講座 14:00~14:30 時間が変更になりました。	大瀬 (食) 14:00~ 17:00	野村 (運動) 10:30~ 13:30
30	31 <small>A B</small>	<p><おりがみの日> カレンダーの日付欄に、AまたはBと書かれている日は、おりがみ担当スタッフが、 これまでにおりがみさろんで作った作品を皆様と一緒に折ります。 A: 12:30~13:45 B: 14:00~15:15 ぜひお立ち寄りください。</p>				

※ 都合により、予定が変更される場合があります。 (7/4版)