

2019年3月



日	月	火	水	木	金	土	
3月のイベント ポールウォーキング体験教室 11日(月)、25日(月) 13:15~ 太極拳を取り入れた運動 明楽楽 14日(木)、20日(水) 10:30~						1	2
3	A 4	5	6	A 7	AM 8 PM	9	
	野村 (運動) 14:00~ 17:00				瀬川 (美容) 10:30~ 13:30	野村 (運動) 13:30~ 16:30	3/8 ミニ講座 13:30 ~14:30 @レジコミュ
10	A 11	12	A 13	14	15	16	
		友野 (肩・腰・膝) 13:30~ 15:00	野村 (運動) 14:00~ 17:00	大瀬 (食) 14:00~ 17:00		野村 (運動) 10:30~ 13:30	
17	AM 18 PM	A 19	A 20	21	22	23	
	瀬川 (美容) 10:30~ 13:30	大瀬 (食) 14:00~ 17:00	3/18 ミニ講座 14:00 ~14:30		3/23 ミニ講座 10:30 ~11:30 @レジコミュ	野村 (運動) 10:30~ 13:30	
24	A 25	A 26	27	28	29	30	
			野村 (運動) 10:30~ 13:30	大瀬 (食) 14:00~ 17:00	3/28 ミニ講座 14:00 ~14:30		
31	<p><おりがみの日> (日程は月末ごろに決定いたします。)</p> <p>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、アドバイス等の予定が変更される場合があります。