

2020年8月 ワンポイントアドバイス



日	月	火	水	木	金	土
						1
8月/のイベント 8/10, 24 ポールウォーキング体験教室						
2	3	4	5	6	7	8
	野村 (運動)		大瀬 (食)		野村 (運動)	
	10:30~ 13:30		14:00~ 17:00		10:30~ 13:30	
9	10	11	12	13	14	15
			AM 野村 (運動)	PM 大瀬 (食)		野村 (運動)
			10:30~ 13:30	14:00~ 17:00		10:30~ 13:30
			8/12 ミニ講座 14:00~ 14:30			
16	17	18	19	20	21	22
	大瀬 (食)				野村 (運動)	
	10:30~ 13:30	8/17 ミニ講座 10:30~ 11:00			10:30~ 13:30	
23	24	25	26	27	28	29
	瀬川 (美容)		野村 (運動)		瀬川 (美容)	
	10:30~ 13:30		14:00~ 17:00		10:30~ 13:30	
30	31					

※ 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。

(7月20日版)