

2021年6月 ワンポイントアドバイス



日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
※ 6月～8月は、 運動ミニ講座は お休みいたします。						
6	7	8	9	10	11	12
			野村 (運動)		大瀬 (食)	
			14:00～ 17:00		14:00～ 17:00	
13	14	15	16	17	18	19
					AM 瀬川 (美容)	PM 野村 (運動)
					10:30～ 13:30	14:00～ 17:00
20	21	22	23	24	25	
	瀬川 (美容)		大瀬 (食)	6/23(水) 14:00～の 運動アドバイスは、都合により 中止とさせていただきます。		
	10:30～ 13:30	6/23 ミニ講座 10:30 ～11:00	10:30～ 13:30			
27	28	29	30			
	大瀬 (食)		野村 (運動)	6月のイベント： ポールウォーキング体験教室 6/14(月)、28(月) 10:15～		
	10:30～ 13:30	6/28 ミニ講座 10:30 ～11:00	14:00～ 17:00			