

# 2014年12月

## 食 & 運動のワンポイントアドバイス

月	火	水	木	金	土	日
1	2 大瀬先生 (食) 11:00~14:00	3 野村先生 (運動) 14:00~17:00	4	5 野村先生 (運動) 10:30~13:30	6	7 野村先生 (運動) 14:00~17:00
8 田中先生 (食) 14:00~17:00	9 大瀬先生 (食) 11:00~14:00	10	11	12 野村先生 (運動) 10:30~13:30	13	14
15 田中先生 (食) 14:00~17:00	16 大瀬先生 (食) 11:00~14:00	17 野村先生 (運動) 14:00~17:00	18	19 野村先生 (運動) 10:30~13:30	20	21
22	23 野村先生 (運動) 14:00~17:00	24	25 大瀬先生 (食) 11:00~14:00	26 野村先生 (運動) 14:00~17:00	27	28
29	30	31	1/1	2	3	4

年末年始はお休みさせていただきます。

上記の予定は変更される場合があります。

11/27版