

令和6年9月 予定表

●単発講座 ☆同好会 **太字**は自由利用

日	曜日	2階 集会室		3階 会議室		3階 北部回想法センター	
		午前	午後	午前	午後	午前	午後
1	日						
2	月			☆大正琴ストレッチ	歌謡レッスン(カラオケ)		
3	火	☆さわやか健康体操	フラダンス		美文字B	くらぶ6・5	くらぶ6・5
4	水	水曜の健康体操		絵手紙			
5	木	風呂休み リズム体操	☆養生気功A同好会	☆OMIF英語研究会		くらぶ6・5	都シネマ
6	金	金曜の健康体操	●養生気功		☆オカリナクルセイダース		☆オカリナ同好会
7	土	☆健康マーじゃんA	☆健康マーじゃんB		卓球		
8	日						
9	月	さわやかヨガ	☆クワイ (フラダンス)	美文字A		☆花おりの会	
10	火	☆花水木太極拳同好会	☆花水木太極拳同好会	☆琴唱会 (大正琴)	俳句	くらぶ6・5	くらぶ6・5
11	水	スキルアップ 研修			☆みやこ俳句同好会		●サロン「歌好き♪」
12	木	☆さわやかヨガ同好会			☆カラオケ響	くらぶ6・5	都シネマ
13	金	健康相談 ☆やさしい社交ダンス	●養生気功		詩吟		
14	土	●リーダーサタデー	☆健康体操同好会	社交ダンス	卓球		☆ウクレレ同好会
15	日						
16	月						
17	火	☆さわやか健康体操	歌のアルバム体操	☆ジャズ同好会	ジャズ	くらぶ6・5	くらぶ6・5
18	水	☆つくし会 (書道)	☆友希の会 (日本舞踊)	☆絵手紙同好会	☆ハッピーソング (カラオケ)	●スマホ講座(セキュリティ編)	
19	木		☆養生気功B同好会	☆琴唱会		くらぶ6・5	●昭和の散歩道
20	金	☆社交ダンス初級同好会	●養生気功	●スマホ・決済	コーラス		☆オカリナクルセイダース
21	土	☆健康マーじゃんC	☆健康マーじゃんD	●リーダーサタデー	卓球		☆ハーモニカ同好会
22	日						
23	月						
24	火	入門太極拳	☆ゴムチューブ体操		顔彩で描く日本画 ☆日本画同好会	くらぶ6・5	くらぶ6・5
25	水	●エアロミックス			Enjoy英会話	☆OMIF英語研究会	●サロン「歌好き♪」
26	木	☆さわやかヨガ同好会		発声から学んで歌おう		くらぶ6・5	都シネマ
27	金	午前の健康マーじゃん	午後の健康マーじゃん				
28	土	リハビリ体操	☆健康体操同好会		卓球		☆ウクレレ同好会
29	日						
30	月	筋トレ椅子体操①②	☆クワイ (フラダンス)				☆はなもも会(俳句)