

8月レクリエーション表

日	月	火	水	木	金	土
<p>今日のエッセンは29日 10:30~11:30 2階ロビ-です。</p>				<p>9:30~ ポールウォーキング </p> <p>13:30~ 梓先生のシニアヨガ </p>	<p>9:30~10:30~ 杉山先生のストレッチ </p> <p>13:30~サロン クラフトアート </p>	<p>9:30~10:30~ 太極拳 </p> <p>14:00~ 中川先生のコンサート </p>
<p>4 9:30~体操 </p> <p>14:00~2階 大人のゆいえ </p>	<p>5 9:30~体操 </p> <p>13:30~ 鍵盤ハーモニカ </p>	<p>6 9:30~体操 </p> <p>10:00~5階 書道の会 </p> <p>13:30~ 梓先生のシニアヨガ </p>	<p>7 9:30~ 健美操 </p> <p>16:20~ ミュージックシャワー </p>	<p>8 10:00~ 音楽セラピー </p> <p>13:30~ 皆でフラダンス </p>	<p>9 9:30~10:30~ 健美操 </p> <p>13:30~ 体操 </p>	<p>10 9:30~体操 </p> <p>14:00~ カラオケ </p>
<p>11 9:30~体操 </p> <p>14:00~ 宮原先生のピアノに あわせて歌いましょう </p>	<p>12 9:30~10:30~ 健美操 </p> <p>13:30~ 体操 </p>	<p>13 9:30~10:30~ 太極拳 </p> <p>13:30~ リハビリ体操 </p> <p>14:00~5階 フラワーアレンジメント </p>	<p>14 9:30~体操 </p> <p>10:00~ 川柳の会 </p> <p>13:30~ 梓先生のシニアヨガ </p>	<p>15 9:30~体操 </p> <p>13:30~5階 陶芸(A組) </p>	<p>16 9:30~10:30~ 杉山先生のストレッチ </p> <p>13:30~5階 陶芸(B組) </p>	<p>17 10:00~ 大正琴コンサート </p> <p>14:00~ 宮原先生の アンサンブルコンサート </p>
<p>18 9:30~体操 </p> <p>14:00~ 大人のゆいえ </p>	<p>19 9:30~体操 </p> <p>13:30~ 鍵盤ハーモニカ </p>	<p>20 9:30~体操 </p> <p>10:00~5階 書道の会 </p> <p>13:30~ リハビリ体操 </p>	<p>21 9:30~ 健美操 </p> <p>13:30~ 梓先生のシニアヨガ </p>	<p>22 9:30~10:30~ 太極拳 </p> <p>13:30~5階 陶芸(A組) </p>	<p>23 9:30~10:30~ 健美操 </p> <p>13:30~5階 陶芸(B組) </p>	<p>24 9:30~体操 </p> <p>14:00~ 中川先生のコンサート </p>
<p>25 9:30~体操 </p> <p>13:30~ カラオケ </p>	<p>26 9:30~10:30~ 健美操 </p> <p>16:20~ ミュージックシャワー </p>	<p>27 9:30~ 皆でフラダンス </p> <p>14:00~5階 フラワーアレンジメント </p>	<p>28 10:00~2階 大人のゆいえ </p> <p>14:00~ 歌声家族 </p>	<p>29 9:30~ ポールウォーキング </p> <p>10:30~ エッセンパン 体操 </p>	<p>30 9:30~体操 </p> <p>百人一首 </p> <p>14:00~2階 大人のゆいえ </p>	<p>31 9:30~体操 </p> <p>13:30~ 映画上映会 </p>