



NOVEMBER 令和7年

日	月	火	水	木	金	土
						1
						友引
2	3 文化の日	4	5	6	7	8
先負	仏滅	ぶらぶら体操		お茶の間サークル	パソコンで遊ぼう	先負
		9:30~10:00 健やか太極拳	スローエアロビック	9:30~11:30	10:00~11:00 健やか太極拳(り 初心者)	
		10:30~12:00	10:00~11:00		10:30~12:00	
9	10	11	12 ぶらぶら体操@日置 9:30~10:30	13	14	15
仏滅	大安	ぶらぶら体操	ぶらぶら体操@養老	お茶の間サークル	仏滅	仏滅
		9:30~10:00 健やか太極拳	11:00~12:00 スローエアロビック	9:30~11:30	健やか太極拳(҈√初心者)	
		10:30~12:00	10:00~11:00		10:30~12:00	
16	17	18	19	20	21	22
大安	赤口	ぶらぶら体操 9:30~10:00		お茶の間サークル	仏滅	赤口
		健やか太極拳		9:30~11:30	健やか太極拳(り初心者)	
		10:30~12:00			10:30~12:00	
23 勤労感謝の日	24 振替休日	25	26 ぶらぶら体操@日置 9:30~10:30	27	28	29
先勝	友引	ぶらぶら体操	ぶらぶら体操@養老	お茶の間サークル	ちょこボラ	先勝
		9:30~10:00 健やか太極拳	11:00~12:00 スローエアロビック	9:30~11:30	10:00~11:30 健やか太極拳(プ初心者)	
		10:30~12:00	10:00~11:00		10:30~12:00	



◎「パソコンであそぼう」要予約

◎健やか太極拳「海風」

参加費 500円

◎「スローエアロビック」

参加費

500円