

2024年5月



みんな、おいでえなあ

MAY
令和6年

日	月	火	水	木	金	土
			1 スローエアロビック 10:00~10:30 (エクササイズ・トレーニング) 10:30~11:00	2 お茶の間サークル 9:30~11:30	3 憲法記念日 先負	4 みどりの日 仏滅
5 こどもの日 大安	6 振替休日 赤口	7 ぶらぶら体操 9:30~10:00 健やか太極拳 10:30~12:00	8 ぶらぶら体操@日置 9:30~10:30 スローエアロビック 10:00~10:30 (エクササイズ・トレーニング) 10:30~11:00	9 お茶の間サークル 9:30~11:30 ラインダンス 10:00~11:30	10 赤口	11 先勝
12 友引	13 先負	14 ぶらぶら体操 9:30~10:00 健やか太極拳 10:30~12:00	15	16 お茶の間サークル 9:30~11:30	17 先勝	18 友引
19 先負	20 仏滅	21 ぶらぶら体操 9:30~10:00 健やか太極拳 10:30~12:00	22 ぶらぶら体操@日置 9:30~10:30 スローエアロビック 10:00~10:30 (エクササイズ・トレーニング) 10:30~11:00	23 お茶の間サークル 9:30~11:30 ラインダンス 10:00~11:30	24 ちよこボラ 10:00~11:30	25 先負
26 仏滅	27 大安	28 ぶらぶら体操 9:30~10:00 健やか太極拳 10:30~12:00	29 スローエアロビック 10:00~10:30 (エクササイズ・トレーニング) 10:30~11:00	30 お茶の間サークル 9:30~11:30	31 先負	
<p>◎「パソコンであそぼう」要予約 ◎ラインダンス 1回 500円 ◎「スローエアロビック、エクササイズ・トレーニング」 ◎健やか太極拳 1回 500円 初回お試し料金 スローエアロビックのみ:150円 / 両メニュー:300円 2回目以降料金 1回 スローエアロビックのみ:300円 / 両メニュー:700円</p> <p>お問い合わせ:宮津市社会福祉協議会 22-2090 ※その他は予約不要・参加費無料</p>						