

2025年2月



みんな、おいでえなあ

FEBRUARY

令和7年

日

月

火

水

木

金

土

						1 仏滅
2 大安	3 赤口	4 ぶらぶら体操 9:30~10:00 健やか太極拳 10:30~12:00	5 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	6 お茶の間サークル 9:30~11:30 ラインダンス 10:00~11:30	7 パソコンで遊ぼう 10:00~11:00	8 大安
9 赤口	10 先勝	11 建国記念の日	12 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	13 お茶の間サークル 9:30~11:30	14 大安	15 赤口
16 先勝	17 友引	18 ぶらぶら体操 9:30~10:00 健やか太極拳 10:30~12:00	19 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	20 お茶の間サークル 9:30~11:30 ラインダンス 10:00~11:30	21 赤口	22 先勝
23 天皇誕生日 友引	24 振替休日 先負	25 ぶらぶら体操 9:30~10:00 健やか太極拳 10:30~12:00	26 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	27 お茶の間サークル 9:30~11:30	28 ちょこボラ 10:00~11:30	

◎「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」

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

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