

2024年6月



みんな、おいでえなあ

JUNE
令和6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	7 パソコンで遊ぼう 10:00~11:00	8 先勝
9 友引	10 先負	11 ぶらぶら体操 9:30~10:00 健やか太極拳 10:30~12:00	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 ラインダンス 10:00~11:30	14 先勝	15 友引
16 先負	17 仏滅	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	21	22 先負
23 仏滅	24 大安	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 ラインダンス 10:00~11:30	28 ちょこボラ 10:00~11:30	29 仏滅
<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>						