

時間 14:00~14:30

8月

サービスプログラム 予定表



日	月	火	水	木	金	土
サービスプログラム = 【SP】						1 水中 ウォーキング
2	3	4	5 かんたん エクササイズ	6	7	8
9 いきいき ストレッチ	10	11	12 水中 ウォーキング	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22 いきいき ストレッチ
23	24	25	26	27	28	29 水中 ウォーキング
30 かんたん エクササイズ	31	会場：青文字＝プール 黄文字＝スタジオ 皆様のご参加お待ちしております				