



2024年 5月 あおがきカレンダー



	月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4	5
A M	 <p>●5月17日(金) 10:00~13:00 法律相談 (さくら診療所にて。事前予約制です。)</p>		9:45(サークル)ストレッチヨガ 10:35~(サークル)からだバー		 <p>定休日 5/3(金)~5/6(月・祝) 休館いたします</p>		
P M							
	6	7	8	9	10	11	12
A M	 <p>定休日</p>	10:00~(サークル)ソフトストレッチ	9:45(サークル)ストレッチヨガ 10:35~(サークル)からだバー	10:30~(サークル)メディカルヨガ	バランスボールはお休みとなります		定休日
P M							
	13	14	15	16	17	18	19
A M	9:45~(サークル)ポルドブラ	10:00~(サークル)ソフトストレッチ	9:45(サークル)ストレッチヨガ 10:35~(サークル)からだバー		10:00~ バランスボール 10:00~無料法律相談		定休日
P M							
	20	21	22	23	24	25	26
A M	9:45~(サークル)ポルドブラ	10:00~(サークル)ソフトストレッチ	9:45(サークル)ストレッチヨガ 10:35~(サークル)からだバー		10:00~10:40 バランスボール		定休日
P M					①14:45~、②15:30~ 骨盤底筋体操		
	27	28	29	30	31	 <p>Mother's Day</p>	
A M	9:45~(サークル)ポルドブラ	10:00~(サークル)ソフトストレッチ			10:00~10:40 バランスボール		
P M							