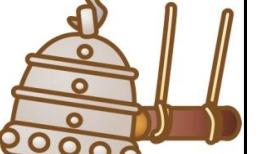




2023年12月 あおがきカレンダー



月	火	水	木	金	土	日
AM P M	 12月30日～1月3日まで 年末年始休業となります。 詳細は、HPまたは掲示板でご確認ください。 	12月15日(金) 10:00～13:00 法律相談 (さくら診療所にて。)	 	1 10:00～10:40 バランスボール		2 3 定休日
AM P M	4 9:45(サークル)ポルドブラ 11:00～健康ミニ講座	5 10:00～(サークル) ソフトストレッチ	6 9:45 (サークル)～ ストレッチヨーガ	7	8 10:00～10:40 バランスボール	9 10 定休日
AM P M	11 9:45～(サークル) ポルドブラ	12 10:00～(サークル) ソフトストレッチ	13 9:45 (サークル)～ ストレッチヨーガ	14 10:30～(サークル) メディカルヨガ	15 10:00～ バランスボール 10:00～無料法律相談	16 17 定休日
AM P M	18 9:45～(サークル) ポルドブラ	19 10:00～(サークル) ソフトストレッチ	20 9:45 (サークル)～ ストレッチヨーガ	21	22 10:00～10:40 バランスボール	23 24 定休日
AM P M	25 	26 10:00～(サークル) ソフトストレッチ	27 9:45 (サークル)～ ストレッチヨーガ	28	29 17時閉館 バランスボールは お休みとなります	30 31  年末休業