



2025年 1月 あおがきカレンダー



	月	火	水	木	金	土	日	
			1	2	3	4	5	
AM	●1月17日(金) 10:00~13:00 法律相談		年始休業 		☆☆ 年末年始のお知らせ ☆☆ 12月28日(土)~2025年1月5日(日)まで、 年末年始休業とさせていただきます。 1月6日(月)から営業いたします。		年始休業	定休日
PM	(さくら診療所にて。事前予約制です)							
	6	7	8	9	10	11	12	
AM	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)からだパー		バランスボールは お休みとなります		定休日	
PM								
	13	14	15	16	17	18	19	
AM		定休日	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)からだパー	10:30~(サークル) メディカルヨガ	10:00~ バランスボール 10:00~無料法律相談	定休日	
PM								
	20	21	22	23	24	25	26	
AM	9:45(サークル)ポルドブラ 11:00~健康ミニ講座	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)からだパー		10:00~10:40 バランスボール		定休日	
PM								
	27	28	29	30	31			
AM	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)からだパー		10:00~10:40 バランスボール			
PM								