

遊悠元気塾イベント

実施日：毎週火曜日 午後1:30~3:00

月	日	プログラム内容
4月	6日(火)	ウォーキング 春
	27日(火)	ミセス菊川、簡単フラダンス①
5月	18日(火)	グラウンドゴルフ
6月	22日(火)	ミセス菊川、簡単フラダンス②
8月	24日(火)	ミセス菊川、簡単フラダンス③
9月	29日(水)	火曜コース、金曜コース合同ウォーキング（別途案内いたします）
10月	12日(火)	グラウンドゴルフ
	26日(火)	ミセス菊川、簡単フラダンス④
11月	16日(火)	体力測定
12月	7日(火)	ミセス菊川、簡単フラダンス⑤
	21日(火)	クリスマス会 ゲームを楽しもう
2月	15日(火)	ミセス菊川、簡単フラダンス⑥
3月	22日(火)	ゲームを楽しもう(^)v 親睦会



☆ ウォーキング、グラウンドゴルフの日が雨天等の場合、室内運動と、プールになりますので、内履き、水着を忘れずお持ち下さい。

※汗をかくので、タオルと水分を、必ず持参してください。
※体調の悪い時は、スタッフまでお知らせください。