

さわやか健康体操				日 時	毎週 水	9:30~11:30	
講師	宮田 小百合		受講料	9,100円		年間回数	42回
持参物	筆記用具、運動のできる服装、上靴、ヨガマット						
会場	1階 ホール						

講座実施日…●

予備日…講座日に実施できなくなった場合の振替予定日

	1週	2週	3週	4週	5週
4月	3 ● 1回	10 ● 2回	17 ● 3回	24 ● 4回	
5月	1 ● 5回	8 ● 6回	15 ● 7回	22 ● 8回	29
6月	5 ● 9回	12 ● 10回	19 ● 11回	26 ● 12回	
				2期納入日	
7月	3 ● 13回	10 ● 14回	17	24 ● 15回	31
	2期納入日	2期納入期限	予備日		
8月	7 ● 16回	14	21 ● 17回	28 ● 18回	
9月	4 ● 19回	11 ● 20回	18 ● 21回	25 ● 22回	
10月	2 ● 23回	9 ● 24回	16 ● 25回	23 ● 26回	30
				3期納入日	予備日
11月	6 ● 27回	13 ● 28回	20	27 ● 29回	
	3期納入日	3期納入期限	予備日		
12月	4 ● 30回	11 ● 31回	18 ● 32回	25 ● 33回	
1月	1	8 ● 34回	15 ● 35回	22 ● 36回	29
	休館日				予備日
2月	5 ● 37回	12 ● 38回	19 ● 39回	26 ● 40回	
3月	5 ● 41回	12 ● 42回	19	26	
			予備日		