

予約制

7月 イベントカレンダー

予約開始 6月25日(金) 9時より

日	月	火	水	木	金	土
				1 高シャキ体操 14:00~14:30 三原泰彦	2	3 頭と体の健康教室 11:00~11:40 吉田大祐
4 休館日	5	6 高シャキ体操 11:00~11:30 三原泰彦	7 予約不要 高シャキビデオ 11:00~11:30	8 高シャキ体操 14:00~14:30 三原泰彦	9	10 かんたん健康体操 11:00~11:30 山口百代
11 休館日	12 頭と体の健康教室 11:00~11:40 吉田大祐	13 高シャキ体操 11:00~11:30 三原泰彦	14 予約不要 高シャキビデオ 11:00~11:30	15 高シャキ体操 14:00~14:30 三原泰彦	16	17 ポッチャ 11:00~11:45 田町スタッフ
18 休館日	19 頭と体の健康教室 11:00~11:40 吉田大祐	20	21 予約不要 高シャキビデオ 11:00~11:30	22 休館日	23 休館日	24 ★ 8月分 予約開始
25 休館日	26 かんたん健康体操 11:00~11:30 山口百代	27 高シャキ体操 11:00~11:30 三原泰彦	28 予約不要 高シャキビデオ 11:00~11:30	29 高シャキ体操 14:00~14:30 三原泰彦	30	31 頭と体の健康教室 11:00~11:40 吉田大祐

【定員】 各10名

【予約の上限】 月3回 高シャキ体操 ・ 頭と体の健康教室

月2回 かんたん！健康体操

【お知らせ】 ★ 8月分の予約開始は7月24日(土)を予定しています。

【お願い】 ・ 5分前着席をしてください。途中入場はお断りします。

・ マスク着用・飲み物持参のうえご参加ください。

・ 万ーキャンセルされる場合にはご一報ください。

高崎市シルバーセンター田町

電話 393-6105