



高崎市シルバーセンター田町

イベントカレンダー

・11月25日(土) 11:15より 歩行年齢測定会を行います。先着順にて12名の募集です。

・歩行年齢測定会・おりがみ・筋トレの予約は10月25日(水)より受付いたします。

電話 393-6105

日	月	火	水	木	金	土
休館日			1 頭と体の健康教室 11:00~12:00 吉田	2 eスポーツ&ゲーム 10:00~11:30 山口	3 休館日	4 学習室開放日 9:00~16:00
5 休館日	6 ポッチャ開放日 10:00~11:00	7 高シャキ体操 10:00~10:45 三原	8	9 かんたん健康体操 10:00~10:40 山口	10 頭と体の健康教室 11:00~12:00 吉田	11 学習室開放日 9:00~16:00
12 休館日	13	14 高シャキ体操 10:00~10:45 三原	15 健康相談日 Let's筋トレ 要予約 10:00~10:45 11:15~12:00 出端	16 かんたん健康体操 10:00~10:40 山口	17 要予約 おりがみ生活 上級 10:00~11:00 13:30~14:30 山口	18 学習室開放 9:00~16:00 要予約 おりがみ生活 10:00~11:00 上級 13:30~14:30 要予約
19 休館日	20 頭と体の健康教室 11:00~12:00 吉田	21 高シャキ体操 10:00~10:45 三原	22	23 休館日	24 eスポーツ&ゲーム 10:00~11:30 山口	25 たまごの健康ひろば 歩行年齢 10~11時 歩行年齢測定会 要予約 11:15~12:15 学習室 13:00~16:00
26 休館日	27 ポッチャ開放日 10:00~11:00	28 高シャキ体操 10:00~10:45 三原	29 要予約 Let's筋トレ 10:00~10:45 11:15~12:00 出端	30 かんたん健康体操 10:00~10:40 山口		

【定員】 高シャキ体操 [30名] 頭と体の健康教室 [30名] かんたん健康体操 [30名]
要予約 Let's筋トレ [10名] 要予約 おりがみ生活 [8名]

【お願い】 ・イベント参加時には飲み物をご持参ください。
・予約を取り消される場合には連絡をお願い致します。



おりがみ生活 11月



上級
クラス

サンタ・ツリーを折る

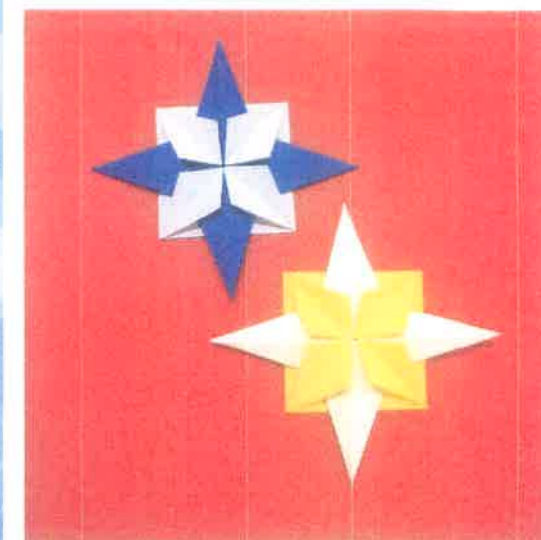
難易度 ★★★★★☆



11月17日(金) 13:30~14:30
18日(土) 10:00~11:00

ポインセチア スターを折る

難易度 ★★★★★☆



11月17日(金) 10:00~11:00
18日(土) 13:30~14:30

参加予約は **10月25日(水)** から受付いたします (電話予約可)

高崎市シルバーセンター田町
☎ 027-393-6105