

12月
December

Merry Christmas

高崎市シルバーセンター田町

イベントカレンダー

おりがみ・筋トレの予約は11月25日(土)9時より
窓口・電話にて受け付けを開始いたします。

☎ 393-6105



日	月	火	水	木	金	土
休館日					1	2 学習室開放日 9:00~16:00
3 休館日	4 頭と体の健康教室 11:00~12:00 吉田	5 高シャキ体操 10:00~10:45 三原	6 要予約 Let's筋トレ 10:00~10:45 11:15~12:00 田端	7 かんたん!健康体操 10:00~10:40 山口	8 Eスポーツ&Games 10:00~11:30	9 学習室開放日 9:00~16:00
10 休館日	11 ポッチャ開放日 10:00~11:00	12 高シャキ体操 10:00~10:45 三原	13 頭と体の健康教室 11:00~12:00 吉田	14 かんたん!健康体操 10:00~10:40 山口	15 健康相談日 要予約 おりがみ生活 上級 10:00~11:00 13:30~14:30 原	16 学習室開放日 9:00~16:00 おりがみ生活 要予約 上級 10:00~11:00 13:30~14:30
17 休館日	18 Eスポーツ&Games 10:00~11:30	19 高シャキ体操 10:00~10:45 三原	20 要予約 Let's筋トレ 10:00~10:45 11:15~12:00 田端	21 かんたん!健康体操 10:00~10:40 山口	22 ポッチャ開放日 10:00~11:00	23 たまちの健康ひろば 「睡眠」講座 要予約 10:00~11:00 学習室開放 13:00~16:00
24/31 休館日	25 頭と体の健康教室 11:00~12:00 吉田	26 高シャキ体操 10:00~10:45 三原	27	28	29 休館日	30 休館日

【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】 ・飲み物持参にて5分前の着席をお願い致します。
・万一のキャンセルの場合には連絡をお願い致します。



おりがみ 生活 12月



上級
クラス

ポチ袋を折る

難易度 ★☆☆☆☆

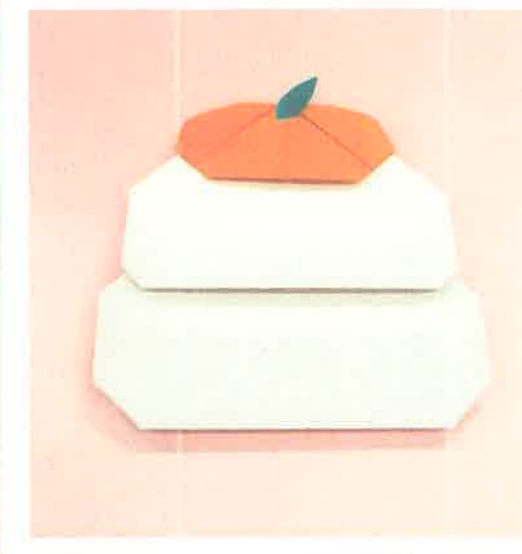


12月15日(金) 13:30~14:30

16日(土) 10:00~11:00

鏡もちを折る

難易度 ★★★★★



12月15日(金) 10:00~11:00

16日(土) 13:30~14:30

参加予約は 11月25日(土) 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