

♪ いきいき倶楽部LIKE YOU 2023年9月プログラム ♪

	月		火			水	木		
	4日	11日	5日	12日	19日		7日	14日	21日
10:00 	10:30 シヤンソン レツスン 平野りり子先生	10:30  ikiiki beat ビート 打楽器 鈴木先生 	紀子先生 コアストレッチ 10:50	ウエルエイジング (ヨガ) かおり先生 	休憩・ウォーターベッド		ウォーターベッド (予約制)   		
11:00			医療・介護・ガン お金のまるわかり セミナー	健康カラオケ 		11:30 ① マットヨガ			
12:00	休憩・ウォーターベッド		休憩・ウォーターベッド			② マットヨガ			
13:00	ボディリカバリー 祐子先生 	頭もすつきりと 絵手紙 	フラダンス ・マハナホア  	俳句の会 「あふり」 小沢 真弓先生 創刊主宰		13:00 うたごえサロン つかほ先生 	13:00 健康カラオケ 		
14:00 	テニス エクササイズ 亀井コーチ 日本体育協会公認テニス 上級教師					ウォーターベッド (予約制) 			
15:00									

9/5(火) 11:00~12:00 無料  
「医療・介護・ガン」のお金まるわかりセミナー  
第二弾です！引き続き知識を深めましょう！

★随時、無料見学・体験受付中！  
町田市森野1-34-10 1階 042-860-7355  
月会費¥5,500(税込)すべてのプログラムを受講できます。



日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
27	28	29	30	31	1	2
3	4 ★	5 ★	6	7 ★	8	9
10	11 ★	12 ★	13	14 ★	15	16
17	18 敬老の日	19 ★	20	21 ★	22	23 秋分の日
24	25	26	27	28	29	30