♪いきいき倶楽部LIKE YOU　2023年6月プログラム♪

	月			火			水	木			
	5日	12日	19日	6日	13日	20日		1日	8日	15日	22日
10:00	10：30 シャンソンレッスン 平野りり子先生	ウォーターベッド（予約制）	10：15 ikiiki beat ビート打楽器 鈴木先生	10：30 アロマクラフト教室「アロマストーン」	ウォーターベッド（予約制）			ウォーターベッド（予約制）			
11:00			11：30 ボディリカバリー 祐子先生		健康カラオケ			11:30			
								①マットヨガ	①マットヨガ	①マットヨガ	①マットヨガ
								12:15			
12:00	休憩・ウォーターベッド		12：30	休憩・ウォーターベッド				②マットヨガ	②マットヨガ	②マットヨガ	②マットヨガ
13:00	ウェルエイジング（ヨガ）かおり先生	コアストレッチ 紀子先生	13：00 絵手紙 頭もすっきりと・	フラダンス・マハナホア	俳句の会 小沢 真弓先生「あふり」創刊主宰	フラダンス・マハナホア		健康カラオケ 変更です！	うたごえサロン つかほ先生 13：00		
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											

★アロマクラフト教室6/6（火）
10：30～「アロマストーン」￥500
鼻を鍛えて認知症予防に！

★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
28	29	30	31	1 ★	2	3
4	5 ★	6 ★	7	8 ★	9	10
11	12 ★	13 ★	14	15 ★	16	17
18	19 ★	20 ★	21	22 ★	23	24
25	26	27	28	29	30	1