

8月スケジュール

		10:00～	13:00～(13:30～)	15:30～	17:30～	19:00～					
1	木	安心生き生き	-	健康スポーツダンス	スポーツバイキング	シェイプアップヨガ					
2	金	にこにこエクササイズ	若返り整体	幼児向け無料開放	アンビシャス新空手	キックボクササイズ					
3	土	4世代スポーツバイキング	-	「水の祭典」準備のため休館							
4	日	休館日(水の祭典)11:00～16:00 JR久留米駅前にてステージ&イベント									
5	月	楽楽ボディフィット	笑癒学健康講座	イキイキ脳トレ体操	スポーツバイキング	筑後花火大会					
6	火	貯筋運動	脳を元気に	-	なりきりダンス	ソフトエアロ					
7	水	楽しかヨガ	アイパッド脳トレ	-	キッズヒップホップ	健康太極拳					
8	木	安心生き生き	ストローアート体験	健康スポーツダンス	スポーツバイキング	シェイプアップヨガ					
9	金	にこにこエクササイズ	若返り整体	幼児向け無料開放	アンビシャス新空手	キックボクササイズ 新現役(団塊シニア)					
10	土	世界遺産を巡る体験記	マジックショー&体験	思い出の映画鑑賞	-	ジャズコンサート					
11	日	-	スポーツけん玉教室	-	-	休館					
12	月	お盆休み									
13	火										
14	水										
15	木										
16	金										
17	土	お盆休み									
18	日						健康365セミナー	無料開放	-	地球と星空について	
19	月						楽楽ボディフィット	カンフー体験	イキイキ脳トレ体操	スポーツバイキング	骨盤ケア
20	火						貯筋運動	脳を元気に	-	なりきりダンス	ソフトエアロ
21	水						楽しかヨガ	アイパッド脳トレ	-	キッズヒップホップ	健康太極拳
22	木	安心生き生き	癒しリンパマッサージ	楽しいアート&クラフト	スポーツバイキング	シェイプアップヨガ					
23	金	にこにこエクササイズ	若返り整体	幼児向け無料開放	アンビシャス新空手	キックボクササイズ 新現役(団塊シニア)					
24	土	問屋街未来プロジェクト	子ども昔遊びの広場	気軽に楽しく歌う会	-	野田かつひこギター					
25	日	-	心理学を学ぼう	-	-	休館					
26	月	楽楽ボディフィット	笑癒学健康講座	イキイキ脳トレ体操	スポーツバイキング	骨盤ケア					
27	火	貯筋運動	脳を元気に	-	なりきりダンス	ソフトエアロ					
28	水	楽しかヨガ	アイパッド脳トレ	-	キッズヒップホップ	健康太極拳					
29	木	城南中学校美術部	予約済み	健康スポーツダンス	子ども無料体験	はつらつエクササイズ					
30	金	初めての健康ダーツ	イキイキ健康体操	幼児向け無料開放	アンビシャス新空手	キックボクササイズ 新現役(団塊シニア)					
31	土	色彩心理学	休館		-	-					

※フリーの時間帯は、ほ～るをお貸しできます ⇒ 詳細は事務局へ！

※上記講座を自由に選択可(月3回:2500円、月4回:3000円、月6回:4000円、月8回:5000円)

※初回体験無料 ※入会金500円 ※家族割引・シニア(75歳以上)割引あり

☆土日の詳細は「土日スケジュール」をご覧ください。300円～1,000円で参加できるイベント多数あり(事前申込制)☆

⇒認知症予防実践講座(月3回:2000円、月4回:2500円)

⇒子ども元気っ子コース(月3回:2000円、月4回:2500円) ※2つのコース選択で500円割引

お申し込み・お問合せ

0942-35-0212 NPO法人 城南健康ふれあい倶楽部

or 090-8298-6230

事務局:久留米市中央町35-1あきない通り西原“ふれあいほ～る”

E-mail kenkou@117fureai.org