

9月スケジュール

	10:00～	13:00～(13:30～)	15:30～	17:30～	19:00～
1 日	予約済み	-	-	-	休館
2 月	楽楽ボディフィット	-	-	スポーツバイキング	予約済み
3 火	-	健康と痛みスッキリ	-	なりきりダンス	-
4 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
5 木	シニアの安全安心	-	-	スポーツバイキング	シェイプアップヨガ
6 金	ストレッチヨガ	-	幼児向け無料開放	アンビシャス新空手	新現役(団塊シニア)
7 土	予約済み(11:00～16:00)子ども向けコンサート			-	ソフトダーツ大会
8 日	住みやすい中央町を語る会	予約済み	-	-	休館
9 月	楽楽ボディフィット	-	-	スポーツバイキング	-
10 火	-	健康と痛みスッキリ	-	なりきりダンス	-
11 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
12 木	シニアの安全安心	-	-	スポーツバイキング	シェイプアップヨガ
13 金	ストレッチヨガ	-	幼児向け無料開放	アンビシャス新空手	新現役(団塊シニア)
14 土	薬草カラダ改善教室	-	-	-	-
15 日	健康365セミナー	休館			
16 月	敬老の日:無料開放! ⇒ 自分写真史セミナー(10時～)・カラオケ・ソフトダーツ				休館
17 火	-	健康と痛みスッキリ	-	なりきりダンス	-
18 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
19 木	シニアの安全安心	エンディングノートセミナー	-	スポーツバイキング	シェイプアップヨガ
20 金	ストレッチヨガ	-	幼児向け無料開放	アンビシャス新空手	新現役(団塊シニア)
21 土	予約済み	-	-	予約済み	ペチャクチャナイト
22 日	休館日				
23 月	休館日(秋分の日)				
24 火	-	-	-	なりきりダンス	ピラティス体験
25 水	楽しかヨガ	健康と痛みスッキリ	-	キッズヒップホップ	健康太極拳
26 木		癒しリンパマッサージ	楽しい絵画	スポーツけん玉	-
27 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	-
28 土	お灸教室	”認知症予防セミナー14時～16時半:市役所3階		予約済み	サクソコンサート
29 日	-	休館(13時～市役所305 “団塊シニア大集合セミナー”)			休館
30 月	楽楽ボディフィット	-	-	スポーツバイキング	-

※空いている時間帯は、ほ～る施設をお貸しできます(詳細は事務局へお問い合わせ下さい)

※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

☆土日の各種セミナー・コンサート等のイベントにもご参加下さい(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
090-8298-6230(横道) 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メール:kenkou@117fureai.org