

10月スケジュール

※ 5日(土)19:00～の「映画鑑賞会」は19日(土)19:00～に変更されました

※ 25日(金)10:00～の「初めてのソフトダーツ」は同日19:00～に変更されました

	10:00～	13:00～(13:30～)	15:30～	17:30～	19:00～	
1	火	—	健康と痛みスッキリ	—	なりきりダンス	ソフトピラティス
2	水	楽しかヨガ	アイパッド脳トレ	—	キッズ hip hop	健康太極拳
3	木	シニアの安全安心	自分写真史	—	ネイティブ英会話	シェイプアップヨガ
4	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)
5	土	スポーツけん玉	—	—	—	第3週へ変更
6	日	住みやすい中央町を語る会	—	—	—	休館
7	月	美ストレッチ	—	—	子どもの居場所作り	—
8	火	—	健康と痛みスッキリ	—	なりきりダンス	第4週振替
9	水	楽しかヨガ	アイパッド脳トレ	—	キッズ hip hop	健康太極拳
10	木	シニアの安全安心	エンディングノート	—	ネイティブ英会話	シェイプアップヨガ
11	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)
12	土	薬草カラダ改善セミナー	予約済(薬草の会)	—	—	ソフトダーツ大会
13	日	—	午後は休館 (14:00～17:00 市協働推進報告会:みんくる)			—
14	月	休館日(体育の日)				
15	火	—	健康と痛みスッキリ	—	なりきりダンス	ソフトピラティス
16	水	楽しかヨガ	アイパッド脳トレ	—	キッズ hip hop	健康太極拳
17	木	シニアの安全安心	自分写真史	—	ネイティブ英会話	シェイプアップヨガ
18	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)
19	土	—	—	—	—	映画鑑賞会
20	日	健康365セミナー	—	—	—	休館
21	月	美ストレッチ	—	—	子どもの居場所作り	—
22	火	いやしの子育て	—	—	なりきりダンス	ソフトピラティス
23	水	楽しかヨガ	—	—	キッズ hip hop	健康太極拳
24	木	—	癒しリンパマッサージ	—	ネイティブ英会話	—
25	金	夜の部に変更	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	初めての健康ダーツ
26	土	予約済(薬草の会)	—	—	—	—
27	日	休館日(篠山校区文化祭)				
28	月	美ストレッチ	—	—	子どもの居場所作り	—
29	火	休館日				
30	水	—	—	—	—	—
31	木	—	—	—	—	—

※一線の時間帯は、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

☆土日は、300円～1,000円で参加できるイベントです(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 ⇒ TEL・FAX: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