

12月スケジュール

※12月20日(金)の「新現役(団塊シニア)講座」は、1月に振替しますのでお休みします。

	10:00～	13:30～	15:30～	17:30～	19:00～
1 日	休館日				
2 月	美ストレッチ	第2回まちゼミ	—	子どもの居場所作り	—
3 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
4 水	楽しかヨガ	アイパッド脳トレ	—	キッズ hip hop	健康太極拳
5 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
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	—	第3回まちゼミ	—	—	—
8 日	気軽なスポーツ体験(荘島体育館)(10時～12時半)			正会員会議(16～18)	
9 月	美ストレッチ	—	—	子どもの居場所作り	—
10 火	子育てセミナー	健康と痛みスッキリ	—	なりきりダンス	ソフトピラティス
11 水	楽しかヨガ	アイパッド脳トレ	—	キッズ hip hop	健康太極拳
12 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
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	第3回薬草セミナー	—	—	予約済(薬草17-18半)	—
15 日	第4回まちゼミ	心理学を学ぼう!	—	—	休館
16 月	美ストレッチ	—	—	子どもの居場所作り	予約済(あきない祭)
17 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
18 水	楽しかヨガ	アイパッド脳トレ	—	キッズ hip hop	健康太極拳
19 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
20 金	ストレッチヨガ	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	1月に振替
21 土	予約済(カラダ改善M)	認知症介護者のサロン(14時～16時)		—	—
22 日	—	—	—	—	休館
23 月	休館日(天皇誕生日)				
24 火	—	団塊シニアサロン(14時～16時)		なりきりダンス	—
25 水	楽しかヨガ	予約済み(クリスマス会)		キッズ hip hop	健康太極拳
26 木	—	癒しリンパマッサージ	—	ネイティブ英会話	—
27 金	—	—	幼児向け無料開放	アンビシャス新空手	—
28 土	大掃除				
29 日	大掃除				
30 月	年末年始(12月28日～1月5日)				
31 火	年末年始(12月28日～1月5日)				

※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