

センテナリアン大学講座

* 当院クリニック通院の方でフレイル対象の方限定！！

* お問い合わせ：センテナリアン大学 TEL0584-71-8422

担当：田内・佐藤

フィットネス

時間割



	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
1 限目 10：00～ 11：30		コグニ サイズ	園芸 療法	ハンド ベル	休講	フィット ネス
2 限目 14：15～ 15：45		休講	休講	あたま やわらか 塾	コグニ サイズ	休講
	7	8	9	10	11	12
1 限目 10：00～ 11：30	買い物	コグニ サイズ	モルック	ハンド ベル	休講	フィット ネス
2 限目 14：15～ 15：45	休講	休講	休講	ハンド ベル	コグニ サイズ	休講
	14	15	16	17	18	19
1 限目 10：00～ 11：30	絵手紙	コグニ サイズ	園芸 療法	ハンド ベル	エコ クラフト	フィット ネス
2 限目 14：15～ 15：45	休講	休講	休講	あたま やわらか 塾	コグニ サイズ	休講
	21	22	23	24	25	26
1 限目 10：00～ 11：30	海 の 日	コグニ サイズ	モルック	ハンド ベル	スクラッチ アート	フィット ネス
2 限目 14：15～ 15：45		休講	休講	ハンド ベル	コグニ サイズ	休講
	28	29	30	31		
1 限目 10：00～ 11：30	絵手紙	コグニ サイズ	園芸 療法	ハンド ベル		
2 限目 14：15～ 15：45	休講	休講	休講	あたま やわらか 塾		

※1限目

8：50～

9：50

※2限目

10：00～

11：00

※3限目

11：10～

12：10

※フィットネス

ご希望の方へ※

お問い合わせはスタッフ
までお尋ねください。

～講座代金価格変更のお知らせ～

講座代が500円→600円

送迎代片道100円→150円

(往復200円→300円)

ご理解のほどよろしくお願いいたします。

※1講座¥600円（※エコクラフト¥1.000円～）

※送迎片道¥150円・往復¥300円 ※持ち物：講座代金・上靴・水分・タオル

