

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
1 限目 10:00~ 11:30	8/2(土)・8/5(火)は お休みとなりますので よろしくお願いいたします。				休講	休
2 限目 14:15~ 15:45					コグニ サイズ	講
	4	5	6	7	8	9
1 限目 10:00~ 11:30	買い物	休	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	講	休講	ハンド ベル	コグニ サイズ	休講
	11	12	13	14	15	16
1 限目 10:00~ 11:30	山 の 日	コグニ サイズ	園芸 療法	お盆休み14日~16日まで		
2 限目 14:15~ 15:45		休講	休講			
	18	19	20	21	22	23
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	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	休講	ハンド ベル	コグニ サイズ	休講
	25	26	27	28	29	30
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

* 1 限目

8:50~

9:50

* 2 限目

10:00~

11:00

* 3 限目

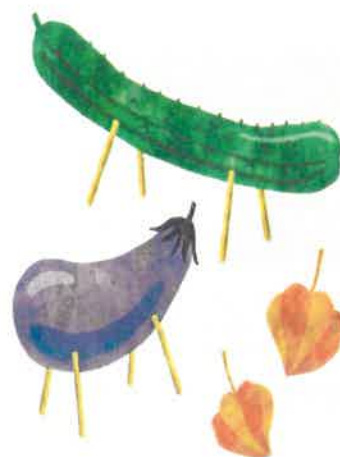
11:10~

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。



* 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