



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



	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
1 限目 10：00～ 11：30	各講座のお問い合わせご参加 お待ちしております! (^ ^)!		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	ハンド ベル	コグニ サイズ	休講
	6	7	8	9	10	11
1 限目 10：00～ 11：30	買い物	コグニ サイズ	園芸 療法	ハンド ベル	休講	休
2 限目 14：15～ 15：45	買い物	買い物	休講	あたま やわらか 塾	コグニ サイズ	講
	13	14	15	16	17	18
1 限目 10：00～ 11：30	ス ポ ー ツ の 日	コグニ サイズ	モルック	ハンド ベル	エコ クラフト	フィット ネス
2 限目 14：15～ 15：45		買い物	休講	ハンド ベル	コグニ サイズ	休講
	20	21	22	23	24	25
1 限目 10：00～ 11：30	買い物	コグニ サイズ	園芸 療法	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	買い物	買い物	休講	あたま やわらか 塾	コグニ サイズ	休講
	27	28	29	30	31	
1 限目 10：00～ 11：30	絵手紙	コグニ サイズ	モルック	ハンド ベル	休講	
2 限目 14：15～ 15：45	買い物	買い物	休講	ハンド ベル	コグニ サイズ	

フィットネス
時間割

* 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

* 買い物講座

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