

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
1限目 10:00~ 11:30	フィットネス・お買い物講座 ご希望の方はスタッフまで お問い合わせください。				休講	休講
2限目 14:15~ 15:45					コグニサイズ	
	4	5	6	7	8	9
1限目 10:00~ 11:30	みどりの日	こどもの日	振替休日	ハンドベル	休講	フィットネス
2限目 14:15~ 15:45				あたまやわらか塾	コグニサイズ	休講
	11	12	13	14	15	16
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	エコクラフト	フィットネス
2限目 14:15~ 15:45	買い物	買い物	休講	休講	コグニサイズ	休講
	18	19	20	21	22	23
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	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
	25	26	27	28	29	30
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	買い物	買い物	休講	休講	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

*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

何か始めようかな。そんな方にお勧めの講座です。
組み合わせは自由！お問い合わせご参加お待ちしております。

☆健康に生き生き楽しく生活するために!(^^)!☆

