

令和7年

3月



JA健康長寿倶楽部
☎ 0120-64-1165
↓つながらない時は↓
03-6303-5441
営業時間:午前9時~午後5時
定休日:毎週水曜日・日曜日



~ライン追加~
キャンセル連絡を受け付けています。
追加の際にフルネームを送信下さい



JAHEALTHCLUB
~インスタグラム~



~ホームページ~

土曜日

1日

10:00~11:00
健康長寿体操
500円/定員20名

13:00~16:00
麻雀教室
500円/定員20名

ラジオ体操AM9:30~
毎週土曜日

からだ年齢測定会は奇数月
の開催となります。

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日
休業日	10:00~11:00 昭和歌謡を 歌いましょう 500円/定員20名	10:00~11:00 美ウオーク& エクササイズ 500円/定員15名	定休日	10:00~11:00 ボイストレーニング 500円/定員20名	10:00~11:00 昭和歌謡を 歌いましょう 500円/定員20名	JA健康長寿倶楽部 ★健康★ ウォーキング 事前予約制
	13:00~14:00 からだ年齢 測定会 無料/定員なし	13:00~14:00 ヨガニサイズ 500円/定員10名		13:00~ お楽しみ 映画観賞会 無料/定員20名		
9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日
休業日		初級:10:00~11:00 中級:11:00~12:00 オカリナ教室 500円/定員6名	定休日	10:00~11:00 太極拳 500円/定員15名	倉持先生 健康和太鼓教室 ①10:00~11:00 ②13:00~14:00 500円/定員13名	10:00~11:00 タオル体操 500円/定員20名
	13:00~14:00 卓球教室 500円/定員8名	13:00~15:00 ペン習字 500円/定員10名		13:00~14:00 きらきらウォーキングアップ (インナーマッスルを鍛えよう) 500円/定員15名		13:00~16:00 麻雀教室 500円/定員20名
16日	17日	18日	19日	20日春分の日	21日	22日
休業日	10:00~11:00 シニアレッスン 事前予約・別紙参照 無料/30名	10:00~11:30 ポールウォーキング 500円/定員12名	定休日	10:00~11:00 健康長寿体操 500円/定員20名		
		13:00~14:00 ボイストレーニング 500円/定員20名			13:00~14:00 卓球教室 500円/定員8名	13:00~16:00 麻雀教室 500円/定員20名
23日	24日	25日	26日	27日	28日	29日
休業日	10:00~11:00 特別教室(写経仏・塗り絵) 無料/定員5名	初級:10:00~11:00 中級:11:00~12:00 オカリナ教室 500円/定員6名	定休日		倉持先生 健康和太鼓教室 ①10:00~11:00 ②13:00~14:00 500円/定員13名	10:00~11:00 昭和歌謡を 歌いましょう 500円/定員20名
	13:00~14:00 写真教室 無料/定員5名	13:00~14:00 卓球教室 500円/定員8名		13:00~15:00 ペン習字 500円/定員10名		13:00~ お楽しみ 映画観賞会 無料/定員20名
30日	31日	<div data-bbox="680 2555 1350 2852" data-label="Text"> <p>~卓球教室終了後の貸出~ 14:00~16:00の2時間お1人500円 教室の当日に参加人数を確定します 先生はいませんので 完全な自主練習となります。 ※卓球教室参加者のみの貸出です</p> </div>				
休業日	13:00~16:00 卓球トレーニング 500円/定員8名					

