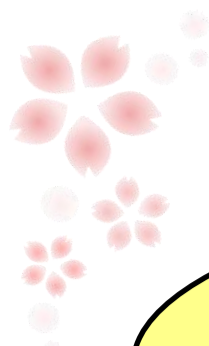


令和7年

4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

今月から「健康社交ダンス教室」
を始めます！
ご参加お待ちしております



QR code for registration and contact information. Text: ~ライン追加~ お申込み・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

QR code for Instagram. Text: JAKENHOCLUB ~インスタグラム~

QR code for the homepage. Text: ~ホームページ~

ラジオ体操AM9:30～
毎週土曜

日曜日		月曜日		火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
6日		7日		1日	2日	3日	4日	5日
13日		14日		10:00～11:00 昭和歌謡を歌いましょう 500円/定員20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 美ウォーク&エクササイズ 500円/定員15名	10:00～11:00 昭和歌謡を歌いましょう 500円/定員20名
20日		21日		13:00～14:00 コグニサイズ 500円/定員10名	定休日	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
27日		28日		10:00～11:00 紫ともさんのしなやかレッスン 500円/定員15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
休業日		休業日		13:00～15:00 ペン習字 500円/定員10名	定休日	13:00～14:00 卓球教室 500円/定員8名		13:00～ お楽しみ映画観賞会 無料/定員20名
休業日		休業日		10:00～11:00 健康長寿体操 500円/定員20名	定休日	10:00～11:30 ポールウォーキング 500円/定員12名	10:00～11:00 紫ともさんの簡単バレエ 500円/定員15名	
休業日		休業日		13:00～14:00 ボイストレーニング 500円/定員20名	定休日	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	13:00～14:00 卓球教室 500円/定員8名	13:00～16:00 麻雀教室 500円/定員20名
休業日		休業日		10:00～11:00 特別教室(写経仏・塗り絵) 無料/定員5名	定休日	10:00～11:00 初級:10:00～11:00 中級:11:00～12:00 オカリナ教室 500円/定員6名	10:00～ お楽しみ映画観賞会 無料/定員20名	10:00～11:00 健康長寿体操 500円/定員20名
休業日		休業日		13:00～15:00 ペン習字 500円/定員10名	定休日	13:00～15:00 オカリナ教室 500円/定員6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	13:00～16:00 麻雀教室 500円/定員20名
休業日		休業日		10:00～11:00 昭和歌謡を歌いましょう 500円/定員20名	定休日	13:00～14:00 健康社交ダンス教室 500円/定員15名		
休業日		休業日		13:00～14:00 写真教室 無料/定員5名	定休日			

～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

