



7月 健康づくりルーム予定表



日	月	火	水	木	金	土
 はぴねすタイム★ 9日(木)10:00～ イスを使ったストレッチ&筋トレ 23日(木)14:30～ ストレッチ&筋トレ 			1 9:00～21:00	2 9:00～18:00 講習10:30～	3 9:00～18:00	4 9:00～18:00
5 休館日	6 9:00～18:00	7 9:00～18:00 講習14:00～	8 9:00～21:00	9 9:00～18:00 はぴねすタイム 10:00～	10 9:00～18:00	11 9:00～18:00
12 休館日	13 9:00～18:00	14 9:00～18:00	15 9:00～21:00	16 9:00～18:00	17 9:00～18:00	18 9:00～18:00 講習10:30～
19 休館日	20 9:00～18:00	21 9:00～18:00	22 9:00～21:00 講習19:00～	23 9:00～18:00 はぴねすタイム 14:30～	24 9:00～18:00	25 9:00～18:00
26 休館日	27 9:00～18:00	28 9:00～18:00	29 9:00～21:00	30 9:00～18:00	31 9:00～18:00	お昼休みとして休館 12:30～13:30