

ゆいぽうゆいぽう高円寺南館 9月予定

				1(木)	2(金)	3(土)	
午前				★杉いき女性部会 ◎名画サロン	SESS(英会話) ◎PCサロン(基礎)	◆就業支援個人相談	
午後				◎ヨガストレッチ	おりがみ抒情会 ◎PCサロン(初級)	ゆうゆう健康麻雀 こだま会(歌) ◆就業支援個人相談	
夜間							
	4(日)	5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	10(土)
午前		◎ビーフリーダンス	さらの会(健康体操) 宝扇会役員会 ◎アートカードで健康長寿	★三療サービス どきどきハート(子育て支援)	◎ハワイアンフラ	SESS(英会話) ◎PCサロン(初中級)	サークルエフ(筋トレ) プアリイさゆりフラ (フラダンス)
午後	コスモス(ダンス)	いきいき健康麻雀 ◎カーレット	ふる里の踊り(民舞) 手話ダンス(ハートランド)	★三療サービス 水の輪(朗読)	ラストワルツ(フォークダンス) ◎顔体操で全身元気	ヨガサークルユリの会 ◎PC・モバイル相談室	すぎれれ会(ウクレレ) ◎高円寺寄席(※)
夜間		◎夜間卓球	けんの会(太極拳)	スポーツ吹き矢			
	11(日)	12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	17(土)
午前	棋友会(囲碁) 太極拳馬橋公園クラブ	◎おしゃれな歌サロン	元気が出るストレッチ体操 りらくす(ヨガ)	はがき絵 ぼたんの会(英会話)	 13時開館	SESS(英会話) ◎PCサロン(基礎)	◎名画サロン
午後	棋友会(囲碁) 高南宝扇会民謡クラブ	いきいき健康麻雀 ◎リラックスヨガ	コーキーズ(楽器演奏) 太極拳高円寺南の会	墨和会(水墨画) ゆうゆう健康麻雀 ◎花うたの会	◎ヨガストレッチ	高南俳句研究会 ◎PCサロン(初級)	ゆうゆう健康麻雀 こだま会(歌)
夜間		◎夜間卓球	けんの会(太極拳)				
	18(日)	19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	24(土)
午前		◎ビーフリーダンス	さらの会(健康体操) 筋トレ火曜日会 ◎アートカード	★三療サービス 水の輪(朗読) ◆就業支援個人相談	◎ハワイアンフラ	SESS(英会話) ◎PCサロン(初中級)	サークルエフ(筋トレ) プアリイさゆりフラ (フラダンス)
午後		いきいき健康麻雀 ◎カーレット	ふる里の踊り(民舞) ハートランド(手話ダンス)	★三療サービス 香林句会(俳句) ◆就業支援個人相談	ラストワルツ(フォークダンス) ◎顔体操で全身元気	ヨガサークルユリの会 ◎PC・モバイル相談室	すぎれれ会(ウクレレ)
夜間			けんの会(太極拳)	スポーツ吹き矢			
	25(日)	26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)	
午前	棋友会(囲碁) 太極拳馬橋公園クラブ	◎おしゃれな歌サロン	元気が出るストレッチ体操 りらくす(ヨガ)	はがき絵 ぼたんの会(英会話)			無印・・・登録団体 ★・・・行政使用 ◎・・・協働事業 ◆・・・就業支援 ♥・・・異世代交流
午後	棋友会(囲碁) 高南宝扇会民謡クラブ	いきいき健康麻雀 ◎リラックスヨガ	コーキーズ(楽器演奏) 太極拳高円寺南の会	墨和会(水墨画) ゆうゆう健康麻雀 ◎花うたの会	※印の講座は休講の可能性があります。		
夜間		◎夜間卓球	けんの会(太極拳)				