

2019年 4月 そんぽの家S 神戸東垂水 いきいき教室予定表

1日 (月)	14時～ ヨガ教室	11日 (木)	10時～ 3B体操 ★まほろばのパン販売(15:00～)	21日 (日)	
2日 (火)	14時～ 茶道教室	12日 (金)	14時～ コーラス ※休講となる場合がございます。	22日 (月)	
3日 (水)	10時30分～ フラワーアレンジメント	13日 (土)		23日 (火)	
4日 (木)	★まほろばのパン販売(15:00～)	14日 (日)	14時～ 小物づくり教室	24日 (水)	14時～ リラクゼーションストレッチ
5日 (金)	14時～ コーラス ※休講となる場合がございます。	15日 (月)	14時～ ヨガ教室	25日 (木)	★まほろばのパン販売(15:00～)
6日 (土)	13時30分～ 健康体操	16日 (火)	14時～ 茶道教室	26日 (金)	14時～ コーラス ※休講となる場合がございます。
7日 (日)		17日 (水)		27日 (土)	13時30分～ 健康コーラス
8日 (月)		18日 (木)	10時～ 3B体操 ★まほろばのパン販売(15:00～)	28日 (日)	
9日 (火)		19日 (金)	14時～ コーラス ※休講となる場合がございます。	29日 (月)	昭和の日
10日 (水)		20日 (土)	★移動スーパーとくし丸(11:30～) 13時30分～ 健康体操	30日 (火)	

★4月教室内容

- ヨガ教室…1(月),15(月)
- 茶道教室…2(火),16(火)
- フラワーアレンジメント…3(水)
- リラクゼーションストレッチ…24(水)
- 3B体操…11(木),18(木)
- コーラス…5(金),12(金),19(金),26(金)
- 健康体操…6(土),20(土)
- 健康コーラス…27(土)
- 小物づくり教室…14(日)

★4月開催のイベント情報

- ◆まほろばのパン販売
…毎週木曜日 15:00から販売予定
- ◆移動スーパーとくし丸
…4/20(土) 11:30～12:00販売予定

★参加費 300円(税抜き)

※材料費が必要な教室もございます。
(フラワーアレンジメント 1,000円/小物づくり 100円)
※都合により予定が変更となる場合がございます。

わくわく家族ツアーのご案内
(5月ツアーのご案内)

府日帰り コースNo. S24545

帝国ホテル大阪「鉄板焼き嘉門」の昼食
と じゃんじゃん横丁散策

お申込み
受付中!!

鉄板焼 嘉門

※食材の都合により内容が変更になる場合がございます。
※食事制限・制約のあるお客様は、事前に当社までお申し出ください。

出発日: 2019年

5月27日(月) 神戸エリア



※写真は全てイメージです。