

# 令和5年度高齢者健康体操教室 日程表

会場：八広地域プラザ屋内運動場

金曜日 5班・6班			
実施日			
4月	21日	10月	13日
	28日		20日
6月	9日	11月	27日
	16日		3日
	23日		10日
	30日		17日
7月	7日	12月	24日
	14日		1日
	21日		8日
	28日		15日
8月	4日	1月	22日
	11日		5日
	18日		12日
	25日		19日
9月	1日	2月	9日
	8日		16日
	15日		23日
	22日	3月	8日
	29日		15日
10月	6日		29日

火曜日 7班・8班			
実施日			
4月	18日	10月	31日
	25日	11月	7日
5月	9日		14日
	16日		21日
	23日	28日	
6月	13日	12月	5日
	20日		12日
	27日		19日
7月	4日	1月	26日
	11日		9日
	25日		16日
8月	1日	2月	23日
	8日		30日
	22日		6日
	29日		13日
9月	5日	3月	20日
	26日		27日
10月	3日	3月	5日
	10日		12日
	17日		26日

※6月7日まで体育館が使用出来ませんので、各自ご自宅で代替プログラムを行ってください。

今後の状況に応じて予定が変更になることがありますので、ご了承ください。