

いきいきセンターPRODUCE プログラム時間割

9月

対象 16歳以上の方
 日程 9月1日（木）～30日（金）（祝日は休講となります）
 ※ご注意 9月8日22日（木）：10時からのプログラムは休講となります
 9月2日（金）：13時からのプログラムは休講となります
 場所 播磨町福祉会館
 参加費 900円/1回
 申込方法 事前にいきいきセンターフロントにて参加登録をしてください
 ※受付時間（窓口・電話）月曜日から土曜日の10時～17時
 TEL 079-435-5578
 キャンセルはいきいきセンターに連絡してください。
 参加費は当日集合時にお支払いください

水	木	金	土
午前の部			
	10:00～11:00 1F 集会運動指導室 定員：20名 ヨガ棒セラピー 担当：豊田 ※8日・22日は休講		
午後の部			
13:00～14:00 1F 集会運動指導室 定員：20名 ヨガ 藤原(新)	13:00～14:00 1F 集会運動指導室 定員：20名 ZUMBA 1.15.29日：福島 8.22日：小林	13:00～14:00 1F 集会運動指導室 ※16日は3F会議室 定員：20名 ヨガ・関節メンテ 土井	
14:15～15:15 3F 会議室 定員：40名 7日：ZUMBA 福島 21日：アクティブシニア 松尾 14日：初級エアロ 28日：ZUMBA 富永	14:00～15:00 1F 集会運動指導室 定員：20名 シェイプザボクシング 森		14:00～15:00 1F 集会運動指導室 定員：20名 健美操 宮崎
夜の部			
		19:30～20:30 1F 集会運動指導室 定員：20名 ボディメイクトレーニング	

豊田