

# 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)：10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
<b>午前の部</b>			
	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		
<b>午後の部</b>			
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
<b>夜の部</b>			
		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	