

2023

アサープ 3月プログラム予定表

日	月		火		水		木		金		土
					1	2	3		4		
					AM	PM	AM	PM	AM	PM	
					脳トレ	体育館	レク	選択GT	OW	講師GT	
					ヨガ	フリートーク	CAMP		パソコン	ソフトバレー	
5	6		7		8		9		10		11
	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM	
	赤・白・ ピンクGT	OW ソフトバレー	ビギナー プログラム		脳トレ	体育館	バトミントン	選択GT	OW	講師GT	
				ヨガ	フリートーク	CAMP	パソコン		ソフトバレー		
12	13		14		15		16		17		18
	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM	
	赤・白・ ピンクGT	OW ソフトバレー	ビギナー プログラム		脳トレ	フリー トーク	アートセラピー	選択GT	OW	講師GT	
				ヨガ		CAMP	パソコン		ソフトバレー		
19	20		21		22		23		24		25
	AM	PM	祝日		AM	PM	AM	PM	AM	PM	
	赤・白・ ピンクGT	OW ソフトバレー			菜園M	体育館	ゲートボール	選択GT	OW	講師GT	
		体育館P			フリートーク	CAMP	パソコン		ソフトバレー		
26	27		28		29		30		31		
	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM	
	赤・白・ ピンクGT	OW ソフトバレー	ビギナー プログラム		菜園M	体育館	レク	選択GT	OW	講師GT	
				ヨガ	フリートーク		パソコン		ソフトバレー		

OW=オリジナル・ワーク CAMP (キャンプ) =テキストを用いたプログラム GT=グループセラピー