

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	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	
	赤・白・ ピンクGT	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM		
		OW	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
		ソフトバレー	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	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	
ソフトバレー	ヨガ	フリー トーク	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			菜園M	体育館	ゲートボール	選択GT	OW	講師GT	
ソフトバレー	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	ビギナー プログラム		菜園M	体育館	レク	選択GT	OW	講師GT	
ソフトバレー	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