

2024

アサープ 1月プログラム予定表

日	月	火	水	木	金	土				
	1	2	3	4	5	6				
	お休み	お休み	お休み	AM	PM					
				書初め	GT		AM	PM		
							PC	バレー		
7	8	9	10	11	12	13				
	お休み	ビギナー プログラム	AM	PM	AM	PM				
			脳トレ	体育館P	CAMP	GT		AM	PM	
			ヨガ	フリートーク	バドミントン			PC	バレー	
14	15	16	17	18	19	20				
	AM	PM	ビギナー プログラム	AM	PM					
	赤・白・ ピンクGT	バレー		革細工	カラオケ		CAMP	GT	AM	PM
		OW		ヨガ	フリートーク		AT		PC	バレー
21	22	23	24	25	26	27				
	AM	PM	ビギナー プログラム	AM	PM					
	赤・白・ ピンクGT	バレー		脳トレ	フリートーク		卓球大会	GT	AM	PM
		OW		ヨガ					PC	バレー
28	29	30	31							
	AM	PM	ビギナー プログラム	AM	PM					
	赤・白・ ピンクGT	バレー		脳トレ	カラオケ					
		OW		ヨガ	フリートーク					

OW=オリジナルワーク      GT=グループセラピー      CAMP=テキストを用いたプログラム  
 ※菜園は冬季 脳トレに変更。3月末から再開します。      AT=アートセラピー