

2023

アサープ 7月プログラム予定表

日	月		火		水		木		金		土
											1
2	3		4		5		6		7		8
	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM	
	赤・白・ ピンクGT	OW バレエ	ビギナープログラム		菜園 ヨガ	フリートークG ↑ 体育館	脳トレ CAMP	選択GT	OW パソコン	講師GT ソフトバレエ	
9	10		11		12		13		14		15
	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM	
	赤・白・ ピンクGT	OW バレエ	ビギナープログラム		菜園 ヨガ	フリートークG ↑ カラオケ	テニス CAMP	選択GT	OW パソコン	講師GT ソフトバレエ	
16	17		18		19		20		21		22
	お休み		AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM	
			ビギナープログラム		菜園 ヨガ	フリートークG ↑	アートセラピー CAMP	選択GT	OW パソコン	講師GT ソフトバレエ	
24			25		26		27		28		29
AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM		
赤・白・ ピンクGT	OW バレエ	ビギナープログラム		菜園 ヨガ	フリートークG ↑ カラオケ	ゲートボール CAMP	選択GT	OW パソコン	講師GT ソフトバレエ		
30	31										
	AM	PM									
	赤・白・ ピンクGT	OW バレエ									

CAMP=テキストを用いたプログラム
 ※雨天時 菜園…基本的に実施（もしくは脳トレ） テニス…バトミントン
 OW=オリジナル・ワーク
 GT=グループセラピー