

2024

アサープ 9月プログラム予定表

日	月		火	水		木		金		土	
1	2		3	4		5		6		7	
	AM	PM	ビギナー	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM
	GT & ストレッチ	バレー		菜園	カラオケ	CAMP	GT	パソコン	バレー	体育館	OW
		OW	ヨガ	フリートーク	脳トレ			講師GT			
8	9		10	11		12		13		14	
	AM	PM	ビギナー	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM
	GT & ストレッチ	バレー		菜園	カラオケ	CAMP	GT	パソコン	バレー	OW	体育館
		OW	ヨガ	フリートーク	体育館P			講師GT			
15	16		17	18		19		20		21	
お休み			ビギナー	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM
				菜園	体育館P	CAMP	GT	パソコン	バレー	体育館	フリートーク
				ヨガ	フリートーク	AT	体育館P	講師GT			
22	23		24	25		26		27		28	
お休み			ビギナー	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM
				菜園	体育館P	CAMP	イベント ミーティング	パソコン	バレー	体育館	映画鑑賞
				ヨガ	フリートーク	ゲートボール		講師GT			
29	30										
	AM	PM									
	GT & ストレッチ	バレー									
		OW									

OW=オリジナルワーク GT=グループセラピー AT=アートセラピー CAMP=テキストを用いたプログラム
 コミュ練=コミュニケーション練習 ※要予約 菜園=雨天時は、相談の上OWに変更
 ※ASRPの開催日はAM11時~AM12時で体育館を開放しています。