

2025

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		
				年末年始のためお休み						AM	PM
										OW	体育館
5	6		7	8		9		10		11	
	AM	PM	ビギナー	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM
	GT& ストレッチ	バレー		革細工	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	バドミントン	コミュ練①	OW	講師GT		
12	13		14	15		16		17		18	
	お休み		ビギナー	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM
				革細工	カラオケ	CAMP	GT	パソコン	バレー	OW	レク
				ヨガ	フリートーク	AT	体育館	OW	講師GT		
19	20		21	22		23		24		25	
	AM	PM	ビギナー	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM
	GT& ストレッチ	バレー		革細工	カラオケ	CAMP	GT	パソコン	バレー	体育館	映画鑑賞
		OW		ヨガ	フリートーク	ゲートボール	コミュ練②	OW	講師GT		
26	27		28	29		30		31			
	AM	PM	ビギナー	AM	PM	AM	PM	AM	PM		
	GT& ストレッチ	バレー		脳トレ	カラオケ	新年会	GT	パソコン	バレー		
		OW		ヨガ	フリートーク		コミュ練③	OW	講師GT		

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 AT=アートセラピー  
 コミュ練=コミュニケーション練習※要予約