

2025

アサープ 4月プログラム予定表

日	月		火	水		木		金		土
			1	2		3		4		5
			ビギナー	AM	PM	AM	PM	AM	PM	
				菜園	カラオケ	CAMP	GT	パソコン	バレ	
				ヨガ	フリートーク	脳トレ		OW	講師GT	
6	7		8	9		10		11		12
	AM	PM	ビギナー	AM	PM	AM	PM	AM	PM	
	GT& ストレッチ	バレ		菜園	カラオケ	お花見 (雨天時：卓球大会)		パソコン	バレ	
		OW		ヨガ	フリートーク			OW	講師GT	
13	14		15	16		17		18		19
	AM	PM	ビギナー	AM	PM	AM	PM	AM	PM	
	GT& ストレッチ	バレ		菜園	カラオケ	CAMP	GT	パソコン	バレ	
		OW		ヨガ	フリートーク	AT	体育館	OW	講師GT	
20	21		22	23		24		25		26
	AM	PM	ビギナー	AM	PM	AM	PM	AM	PM	
	GT& ストレッチ	バレ		菜園	カラオケ	CAMP	GT	パソコン	バレ	
		OW		ヨガ	フリートーク	ゲート ボール	体育館	OW	講師GT	
27	28		29	30						
	AM	PM	お休み	AM	PM					
	GT& ストレッチ	バレ		菜園	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 AT=アートセラピー CAMP=テキストを用いたプログラム

菜園=雨天時は、相談の上OWに変更