

2025

アサープ 9月プログラム予定表

日	月		火	水		木		金		土
31	1		2	3		4		5		6
	AM	PM	ビギナー	AM	PM	AM	PM	AM	PM	
	GT & ストレッチ	バレー		菜園	体育館カラオケ	COM	GT	パソコン	バレー	
		パスタイム		ヨガ	フリースーク	脳トレ		パスタイム	講師GT	
7	8		9	10		11		12		13
	AM	PM	ビギナー	AM	PM	AM	PM	AM	PM	
	GT & ストレッチ	バレー		菜園	カラオケ	COM	GT	パソコン	バレー	
		パスタイム		ヨガ	フリースーク	テニス	体育館P	パスタイム	講師GT	
14	15		16	17		18		19		20
	お休み		ビギナー	AM	PM	AM	PM	AM	PM	
				菜園	カラオケ	COM	GT	パソコン	バレー	
				ヨガ	フリースーク	AT	体育館P	パスタイム	講師GT	
21	22		23	24		25		26		27
	AM	PM	お休み	AM	PM	AM	PM	AM	PM	
	GT & ストレッチ	バレー		菜園	カラオケ	COM	GT	パソコン	バレー	
		パスタイム		ヨガ	フリースーク	ゲート ボール	体育館P	パスタイム	講師GT	
28	29		30							
	AM	PM	ビギナー							
	GT & ストレッチ	バレー								
		パスタイム								

パスタイム＝趣味活動のプログラム GT＝グループセラピー AT＝アートセラピー COM＝テキストを用いたプログラム
 菜園＝雨天時は、相談の上パスタイムに変更