

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
海鈴大磯 関連イベント	大磯町介護予防事業 ポールウォーキング	海鈴主催 教室 利用料金 500円/回			健康麻雀教室 10時～12時	健康麻雀教室 10時～12時
貸しスペース	① のんびりコース ② ゆっくりコース					整体施術 13時～18時
3	4	5	6	7	8	9
		ポールウォーキング ② 9時～12時	ポールウォーキング ① 9時～12時		健康麻雀教室 10時～12時	健康麻雀教室 10時～12時
		朝ヨガ教室A 10時～11時半	朝ヨガ教室A 10時～11時			大磯まつり 11時～18時
整体施術 15時半～16時半				絵画教室 13時～15時	リンパ施術 13時半～15時半	
						整体施術 13時～18時
10	11	12	13	14	15	16
	朝ヨガ教室A 10時～11時半	ポールウォーキング ② 9時～12時	ポールウォーキング ① 9時～12時	レディース・ウォーキング 8時半～12時	健康麻雀教室 10時～12時	健康麻雀教室 10時～12時
		朝ヨガ教室A 10時～11時半	朝ヨガ教室A 10時～11時			
	玄米ダンベル体操 14時～15時		大磯川柳教室 14時～16時半			整体施術
			リンパ施術 17時～19時	書道教室 15時半～17時半	NCR懇親会 14時～17時	13時～18時
17	18	19	20	21	22	23
		ポールウォーキング ② 9時～12時	ポールウォーキング ① 9時～12時		健康麻雀教室 10時～12時	
大磯市 9時～14時	朝ヨガ教室A 10時～11時半					整体施術 13時～18時
	玄米ダンベル体操 14時～15時		古武術教室 14時半～15時	絵画教室 13時～15時	リンパ施術 13時～18時	
24	25	26	27	28	29	30
	朝ヨガ教室A 10時～11時半	ポールウォーキング ② 9時～12時	ポールウォーキング ① 9時～12時	レディース・ウォーキング 8時半～12時	健康麻雀教室 10時～12時	健康麻雀教室 10時～12時
		朝ヨガ教室A 10時～11時半	朝ヨガ教室A 10時～11時半			
	玄米ダンベル体操 14時～15時		リンパ施術 17時～19時	書道教室(子供) 16時半～17時半	リンパ施術 13時半～15時半	

