

令和7年度「健康ヨガ」予定表

活動日：土曜日（24回）

活動時間：午前10時30分～12時

使用会場：3階研修室（17回） 3階集団指導室（7回）

年	月	第1週	第2週	第3週	第4週	第5週
令和7年	4月	5		19		
	5月			17		31(集)
	6月	7		21		
	7月	5		19(集)		
	8月	2		16		
	9月		13(集)		27(集)	
	10月	4		18		
	11月	1				29
	12月	6			20	
令和8年	1月			17(集)		31(集)
	2月	7		21		
	3月		14(集)	21		