

ぐっと楽健康教室日程表

～令和8年4月・5月・6月～

日にち		コース	時間	日にち		コース	時間
4月	15日 (水) 開講式	B	10:00～11:30	6月	3日(水)	B	10:00～11:30
		基本	13:30～15:00			基本	13:30～15:00
	16日 (木) 開講式	C	10:00～11:30		4日(木)	C	10:00～11:30
		A	13:30～15:00			A	13:30～15:00
	22日(水)	B	10:00～11:30		10日(水)	B	10:00～11:30
		基本	13:30～15:00			基本	13:30～15:00
	23日(木)	C	10:00～11:30		11日(木)	C	10:00～11:30
		A	13:30～15:00			A	13:30～15:00
30日(木)	B/C	10:00～11:30	17日(水)	B	10:00～11:30		
	基本/A	13:30～15:00		基本	13:30～15:00		
5月	20日(水)	B	10:00～11:30	18日(木)	C	10:00～11:30	
		基本	13:30～15:00		A	13:30～15:00	
	21日(木)	C	10:00～11:30	24日(水)	B	10:00～11:30	
		A	13:30～15:00		基本	13:30～15:00	
	27日(水)	B	10:00～11:30	25日(木)	C	10:00～11:30	
		基本	13:30～15:00		A	13:30～15:00	
	28日(木)	C	10:00～11:30				
		A	13:30～15:00				

🏠教室に参加する前に…

体調が優れない、熱っぽいなど何らかの症状がある場合は無理をせず参加を控えましょう。楽しく安全に参加できるように、ご協力をお願いします。

～開講式のお知らせ～

4月15日(水) Bコース、基本コース
16日(木) Cコース、Aコース
各コース、年度初めの「開講式」があるよ。新たな気持ちで令和8年度も
よろしくお祈りしみます💧

