

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
休み	休み	休み	休み	休み	休み	休み
8	9	10	11	12	13	14
休み	朝ヨガ教室A 10時～11時半	ポール・ウオーキング ⑥ ゆっくりコース 9時～12時	ポール・ウオーキング ④ のんびりコース 9時～12時	レディース・ウオーキング ⑤ 9時～12時	健康マージャン 10時～12時	健康マージャン 10時～12時
		朝ヨガ教室B 10時～11時半	朝ヨガ教室C 10時～11時	絵画教室 13時～15時		大磯コミュニティカレッジ 14時半～16時半
		書写教室 15時～18時	大磯川柳教室 14時～16時半	書道教室 15時半～17時半		整体教室 13時～18時
15	16	17	18	19	20	21
大磯市 9時～14時	パステル教室 10時～11時半	ポール・ウオーキング ⑥ ゆっくりコース 9時～12時	ポール・ウオーキング ④ しっかりコース 9時～12時	レディース・ウオーキング ⑤ 8時半～12時	健康マージャン 10時～12時	健康マージャン 10時～12時
	玄米ダンベル体操 14時～15時		朝ヨガ教室C 10時～11時		お試し移住期間	
		書写教室 15時～18時	腰痛解消教室 14時～15時半		曼荼羅アート教室 13時～15時	整体教室 13時～18時
22	23	24	25	26	27	28
お試し移住者 プレゼン	朝ヨガ教室A 10時～11時半	ポール・ウオーキング ⑥ ゆっくりコース 9時～12時	ポール・ウオーキング ④ しっかりコース 9時～12時	レディース・ウオーキング ⑤ 9時～12時	健康マージャン 10時～12時	健康マージャン 10時～12時
	玄米ダンベル体操 14時～15時	朝ヨガ教室B 10時～11時半	朝ヨガ教室C 10時～11時	絵画教室 13時～15時		整体教室 13時～18時
		書写教室 15時～18時		書道教室 15時半～17時半		
29	30	31				
	朝ヨガ教室A 10時～11時半	ポール・ウオーキング ⑥ ゆっくりコース 9時～12時		海鈴主催 教室 利用料金 500円/回 交通費・材料費別途	大磯町介護予防事業 ポールウオーキング	④ のんびりコース ⑤ ゆっくりコース ⑥ しっかりコース
	玄米ダンベル体操 14時～15時	朝ヨガ教室B 10時～11時半		貸しスペース 円/2時間	海鈴大磯 関連イベント	
		書写教室 15時～18時				

