

2020年 4月 DK-FIT. 活動予定表

プログラムは変更になる場合がございます。
ご了承ください。

新型コロナウイルス感染症の感染対策に伴い 午前中のみ短縮営業となっております。 参加料金 (税込み) 半日参加料 1,500円 お弁当代 600円		3 (金)	
		10:00~10:50	脳トレ
		11:00~11:50	やわらかあたま体操
7 (火)		10 (金)	
10:00~10:50	脳トレ	10:00~11:50	脳いきいき アクティビティ
11:00~11:50	エロンゲーショントレーニング		
14 (火)		17 (金)	
10:00~10:50	脳トレ	10:00~10:50	脳トレ
11:00~11:50	チェアエクササイズ	11:00~11:50	スクエアステップ
21 (火)		24 (金)	
10:00~10:50	脳トレ	10:00~11:50	脳いきいき アクティビティ
11:00~11:50	エロンゲーショントレーニング		
28 (火)		プログラムご利用の前に体温測定、風邪症状などの 体調確認を行います。プログラム開始前後に手 洗いや手指消毒、教室の換気等にご協力下さい。 宜しくお願い致します。	
10:00~10:50	脳トレ		
11:00~11:50	チェアエクササイズ		

