

対象マーク解説「スマひよ」:初心者スマホ・タブレット講座「スマプレ」プレミアム会員用スマホ講座「★」:ひよこクラス「P」:プレミアム会員以上「K」:KING会員限定

		日		月		火		水		木		金		土			
		1日		2日 10:20までは整体体操		3日 ボディメイキング		4日		5日 ボディメイキング		6日 ボディメイキング		7日			
10:35	1	伝	スマ プレ	1	太郎	P	1	伝	K	1	どん こ	★	1	伝	スマ プレ	10:35	
11:30	2	伝	スマ プレ	2	太郎	P	2	伝	K	2	どん こ	★	2	伝	スマ プレ	11:30	
13:20	午後はお休みします			3	太郎 伝		3	伝		3	太郎 伝		午後はお休みします			13:20	
14:20				4	太郎 伝		4	伝		4	太郎 伝					14:20	
		8日 選挙に行こう		9日 10:20までは整体体操		10日 ボディメイキング		11日		12日 ボディメイキング		13日 ボディメイキング		14日			
10:35	1	太郎	P	1	太郎	P	1	伝	K	1	太郎	★	1	太郎	スマ プレ	10:35	
11:30	2	太郎	P	2	太郎	P	2	伝	K	2	太郎	★	2	太郎	スマ プレ	11:30	
13:20	午後はお休みします			3	太郎 伝		3	伝		3	太郎 伝		編み物クラブ			13:20	
14:20				4	太郎 伝		4	伝		4	太郎 伝					14:20	
		15日 京都マラソン		16日 整体体操60分		17日 ボディメイキング休み		18日		19日 ボディメイキング		20日 ボディメイキング		21日			
10:35	1	太郎	P	1	どん こ	P	午前はお休みします		10:10いきいき体操 13:00社交ダンス		1	太郎	★	1	伝	スマ プレ	10:35
11:30	2	太郎	P	2	どん こ	P					2	太郎	★	2	伝	スマ プレ	11:30
13:20	午後はお休みします			3	太郎 伝		3	伝		3	太郎 伝		午後はお休みします			13:20	
14:20				4	太郎 伝		4	伝		4	太郎 伝					14:20	
		22日		23日 整体体操お休み		24日 ボディメイキング		25日		26日 ボディメイキング		27日 ボディメイキング		28日			
10:35	1	伝	スマ プレ	1	太郎	★	1	伝	K	百人一首カルタ取り大会		1	どん こ	スマ プレ	お休み		10:35
11:30	2	伝	スマ プレ	2	太郎	★	2	伝	K	13:00社交ダンス		2	どん こ	スマ プレ			11:30
13:20	午後はお休みします			午後はお休みします			3	伝		百人一首カルタ取り大会		編み物クラブ				13:20	
14:20							4	伝								14:20	
10:35	百人一首カルタ取り大会のお知らせ 令和8年2月26日(木) 午前の部10:30から 午後の部13:20から 参加費無料										今月の予定表		いちご狩り遠足いかがですか? 4/2(木)9:30フォーレス教室出発 →16:00帰着 【行き先】道の駅アグリパーク竜王 60分間食べ放題 参加費9,500円				
11:30	<b>修正版②</b>												格安SIMへの変更・ス マホの買い替え手伝 いします。手数料 5,000円				
13:20	昼食はご持参いただくか、買い出して楽しく会食します。 誰でも参加できるので、ご家族・お友達も誘ってください。																
14:20																	



# 2026年2月運動関係予定表 075-411-4970

日	月	火	水	木	金	土
1 日	2 日	3 日	4 日	5 日	6 日	7 日
	9:30～10:00 整体ストレッチ	9:00～10:20 ボディメイキング	10:10いきいき体操 13:00社交ダンス	9:00～10:20 ボディメイキング	9:00～10:20 ボディメイキング	
8 日	9 日	10 日	11 日	12 日	13 日	14 日
	9:30～10:00 整体ストレッチ	9:00～10:20 ボディメイキング	13:00社交ダンス	9:00～10:20 ボディメイキング	9:00～10:20 ボディメイキング	
15 日	16 日	17 日	18 日	19 日	20 日	21 日
	9:00～10:00 整体ストレッチ60分	ボディメイキング お休み	10:10いきいき体操 13:00社交ダンス	9:00～10:20 ボディメイキング	9:00～10:20 ボディメイキング	
22 日	23 日	24 日	25 日	26 日	27 日	28 日
	整体ストレッチ休み	9:00～10:20 ボディメイキング	13:00社交ダンス	9:00～10:20 ボディメイキング	9:00～10:20 ボディメイキング	