

京都市

西京区地域

# 介護予防 推進センター

R2.10月開始教室

申込一覧



お気軽にお問合せください

☎ 075-392-7874

## のんびり運動教室

### ★桂会館 2階

- |   |        |   |          |
|---|--------|---|----------|
| ① | 水曜日    |   | 第1・3・5週目 |
|   | ①9:30~ | × | ②10:40~  |
|   |        |   | ×        |
| ② | 水曜日    |   | 第2・4週目   |
|   | ①9:30~ | × | ②10:40~  |
|   |        |   | ×        |

### ★洛西支所

- |   |        |   |         |
|---|--------|---|---------|
| ③ | 火曜日    |   | 第1・3週目  |
|   | ①9:30~ | × | ②10:40~ |
|   |        |   | ×       |
| ④ | 金曜日    |   | 第1・3週目  |
|   | ①9:30~ | × | ②10:40~ |
|   |        |   | ×       |
| ⑤ | 金曜日    |   | 第2・4週目  |
|   | ①9:30~ | × | ②10:40~ |
|   |        |   | ×       |

## のんびり★トレーニングクラス

### ★洛西支所

- |   |         |   |         |
|---|---------|---|---------|
| ⑥ | 金曜日     |   | 第1・3週目  |
|   | ①13:30~ | × | ②14:40~ |
|   |         |   | ×       |
| ⑦ | 金曜日     |   | 第2・4週目  |
|   | ①13:30~ | ○ | ②14:40~ |
|   |         |   | ○       |

## のんびり★トレーニングクラス

### ★桂会館 1階

- |   |         |   |         |
|---|---------|---|---------|
| ⑧ | 火曜日     |   | 毎週      |
|   | ①13:50~ | × | ②15:00~ |
|   |         |   | ○       |

## らくらく運動教室

### ★桂会館 1階

- |   |        |   |         |
|---|--------|---|---------|
| ⑨ | 水曜日    |   | 第1・3週目  |
|   | ①9:30~ | ○ | ②10:40~ |
|   |        |   | ○       |
| ⑩ | 水曜日    |   | 第2・4週目  |
|   | ①9:30~ | ○ | ②10:40~ |
|   |        |   | ○       |

### ★洛西支所

- |   |         |   |         |
|---|---------|---|---------|
| ⑪ | 水曜日     |   | 第1・3週目  |
|   | ①13:30~ | ○ | ②14:40~ |
|   |         |   | ○       |
| ⑫ | 水曜日     |   | 第2・4週目  |
|   | ①13:30~ | × | ②14:40~ |
|   |         |   | ○       |

