

2025年3月 Sunshine Tsukuba Resort Activity

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
					1	2
※有料レクリエーションは月末の請求に含まさせていただきます。 ※レクリエーションの予定等変更がある場合は都度お知らせ致します。		♀花見外出につきましては、開花状況を確認しながら近隣にございます「手代木公園」へ行きたいと思っております。 詳細につきましては都度お声掛けさせていただきます。			11:00~健康体操(2階) 14:30~塗り絵 ★2階ホール	11:00~健康体操(2階) 午後歌謡鑑賞 ★2階ホール
3	4	5	6	7	8	9
11:00~健康体操(2階) 15:00~DAM体操 ★シアタールーム ヤクルト14:00~	11:00~健康体操(2階) 14:30~脳トレ・塗り絵 ★2階ホール	14:30~カラオケ ★シアタールーム	11:00~健康体操(2階) 14:30~脳トレ・塗り絵 ★2階ホール 14:30~シニアヨガ(希望者のみ) ★シアタールーム	11:00~健康体操(2階) 15:00~DAM体操 ★シアタールーム	11:00~健康体操(2階) 14:00~春祭りイベント ★1階レストラン	11:00~健康体操(2階) 午後歌謡鑑賞 ★2階ホール
10	11	12	13	14	15	16
11:00~健康体操(2階) 15:00~中山先生の体操 ★フィットネスルーム ヤクルト14:00~	11:00~健康体操(2階) 14:30~脳トレ・塗り絵 ★2階ホール	14:30~カラオケ ★シアタールーム	11:00~健康体操(2階) 14:30~訪問販売 ★1階レストラン	11:00~健康体操(2階) 15:00~DAM体操 ★シアタールーム	11:00~健康体操(2階) 14:30~塗り絵 ★2階ホール	11:00~健康体操(2階) 午後歌謡鑑賞 ★2階ホール
17	18	19	20	21	22	23
11:00~健康体操(2階) 15:00~中山先生の体操 ★フィットネスルーム ヤクルト14:00~	11:00~健康体操(2階) 14:30~脳トレ・塗り絵 ★2階ホール	14:30~カラオケ ★シアタールーム	11:00~健康体操(2階) 14:30~脳トレ・塗り絵 ★2階ホール 14:30~シニアヨガ(希望者のみ) ★シアタールーム	11:00~健康体操(2階) 15:00~DAM体操 ★シアタールーム	11:00~健康体操(2階) 14:30~塗り絵 ★2階ホール	11:00~健康体操(2階) 午後歌謡鑑賞 ★2階ホール
24	25	26	27	28	29	30
11:00~健康体操(2階) 15:00~中山先生の体操 ★フィットネスルーム ヤクルト14:00~	11:00~健康体操(2階) 14:30~脳トレ・塗り絵 ★2階ホール	14:30~カラオケ ★シアタールーム	11:00~健康体操(2階) 14:30~脳トレ・塗り絵 ★2階ホール	11:00~健康体操(2階) 15:00~DAM体操 ★シアタールーム	11:00~健康体操(2階) 14:30~塗り絵 ★2階ホール	11:00~健康体操(2階) 午後歌謡鑑賞 ★2階ホール
31						
11:00~健康体操(2階) 15:00~中山先生の体操 ★フィットネスルーム ヤクルト14:00~						