2025年6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
	中山先生の体操については、先生の都合によりキャンセルが続き皆様には大変ご迷惑をお掛けしております。 今後はカレンダーに予定を入れず、当日エレベーター前にお知らせさせて頂きます。					1 11:00～ 健康体操(2階) 14:30～ テーブルゲーム ★2Fホール
2 11:00～ 健康体操(2階) 14:30～ 脳トレ・塗り絵 ★2Fホール ヤクルト14:00～	3 11:00～ 健康体操(2階) 15:00～ DAM体操 ★シアタールーム	4 14:30～ カラオケ ★シアタールーム	5 11:00～ 健康体操(2階) 14:30～ 脳トレ・塗り絵 ★2Fホール	6 11:00～ 健康体操(2階) 15:00～ DAM体操 ★シアタールーム	7 11:00～ 健康体操(2階) 14:30～ 体を動かすゲーム ★2Fホール	8 11:00～ 健康体操(2階) 14:30～ テーブルゲーム ★2Fホール
9 11:00～ 健康体操(2階) 14:30～ 脳トレ・塗り絵 ★2Fホール ヤクルト14:00～	10 11:00～ 健康体操(2階) 15:00～ DAM体操 ★シアタールーム	11 14:30～ カラオケ ★シアタールーム	12 11:00～ 健康体操(2階) 13:30～シニアヨガ (希望者のみ有料) ☆パーソナルジム	13 11:00～ 健康体操(2階) 15:00～ DAM体操 ★シアタールーム	14 11:00～ 健康体操(2階) 14:30～ 体を動かすゲーム ★2Fホール	15 11:00～ 健康体操(2階) 14:30～ テーブルゲーム ★2Fホール
16 11:00～ 健康体操(2階) 14:30～ 脳トレ・塗り絵 ★2Fホール ヤクルト14:00～	17 11:00～ 健康体操(2階) 15:00～ DAM体操 ★シアタールーム	18 14:00～ おやつレク ★1F レストラン	19 11:00～ 健康体操(2階) 14:30～ 訪問販売 ★1階レストラン	20 11:00～ 健康体操(2階) 15:00～ DAM体操 ★シアタールーム	21 11:00～ 健康体操(2階) 14:30～ 体を動かすゲーム ★2Fホール	22 11:00～ 健康体操(2階) 14:30～ テーブルゲーム ★2Fホール
23 11:00～ 健康体操(2階) 14:30～ 脳トレ・塗り絵 ★2Fホール ヤクルト14:00～	24 11:00～ 健康体操(2階) 15:00～ DAM体操 ★シアタールーム	25 14:00～ おやつレク ★2F ホール	26 11:00～ 健康体操(2階) 13:30～シニアヨガ (希望者のみ有料) ☆パーソナルジム	27 11:00～ 健康体操(2階) 15:00～ DAM体操 ★シアタールーム	28 11:00～ 健康体操(2階) 14:30～ 体を動かすゲーム ★2Fホール	29 11:00～ 健康体操(2階) 14:30～ テーブルゲーム ★2Fホール
30 11:00～ 健康体操(2階) 14:30～ 脳トレ・塗り絵 ★2Fホール ヤクルト14:00～	※有料レクリエーションは月末の請求に含ませていただきます。 ※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。					