

2025年8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
		<p>※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。</p>		1	2	3
				11:00~ 健康体操(2F) 15:00~ DAM体操 ★シアタールーム	11:00~ 健康体操(2F) 14:30~ 体を動かすゲーム ★2Fホール	11:00~ 健康体操(2F) 14:30~ テーブルゲーム ★2Fホール
4	5	6	7	8	9	10
11:00~ 健康体操(2F) 14:30~ 脳トレ・塗り絵 ★2Fホール ヤキルト 14:00~	11:00~ 健康体操(2F) 15:00~ DAM体操 ★シアタールーム	11:00~ 健康体操(2F) 14:30~ カラオケ ★シアタールーム	11:00~ 健康体操(2F) 14:30~ 脳トレ・塗り絵 ★2Fホール	11:00~ 健康体操(2F) 15:00~ DAM体操 ★シアタールーム ヤキルト 14:00~	11:00~ 健康体操(2F) 14:30~ 体を動かすゲーム ★2Fホール	11:00~  ★1Fレストラン
11	12	13	14	15	16	17
11:00~ 健康体操(2F) 14:30~ 脳トレ・塗り絵 ★2Fホール	11:00~ 健康体操(2F) 15:00~ DAM体操 ★シアタールーム	11:00~ 健康体操(2F) 14:30~ カラオケ ★シアタールーム	11:00~ 健康体操(2F) 13:30~ シニアヨガ (希望者のみ有料) ★パーソナルジム	11:00~ 健康体操(2F) 15:00~ DAM体操 ★シアタールーム	11:00~ 健康体操(2F) 14:30~ 体を動かすゲーム ★2Fホール	11:00~ 健康体操(2F) 14:30~ テーブルゲーム ★2Fホール
18	19	20	21	22	23	24
11:00~ 健康体操(2F) 14:30~ 脳トレ・塗り絵 ★2Fホール ヤキルト 14:00~	11:00~ 健康体操(2F) 15:00~ DAM体操 ★シアタールーム	11:00~ 健康体操(2F) 14:30~ カラオケ ★シアタールーム	11:00~ 健康体操(2F) 14:30~ 訪問販売 ★1Fレストラン	11:00~ 健康体操(2F) 15:00~ DAM体操 ★シアタールーム	11:00~ 健康体操(2F) 14:00~ 夏のおやつレク ★1Fレストラン	11:00~ 健康体操(2F) 14:30~ テーブルゲーム ★2Fホール
25	26	27	28	29	30	31
11:00~ 健康体操(2F) 14:30~ 脳トレ・塗り絵 ★2Fホール ヤキルト 14:00~	11:00~ 健康体操(2F) 15:00~ DAM体操 ★シアタールーム	11:00~ 健康体操(2F) 14:30~ カラオケ ★シアタールーム	11:00~ 健康体操(2F) 13:30~ シニアヨガ (希望者のみ有料) ★パーソナルジム	11:00~ 健康体操(2F) 15:00~ DAM体操 ★シアタールーム	11:00~ 健康体操(2F) 14:30~ 体を動かすゲーム ★2Fホール	11:00~ 健康体操(2F) 14:30~ テーブルゲーム ★2Fホール

