

令和6年度 水巻町 からだも脳も若返り教室 年間スケジュール

令和5年11月24日

- 曜日 毎週 水曜日・金曜日
- 時間 14:00～15:30（測定時等は～16:30）
- 場所 スポーツクラブEVERY 2Fメインスタジオ

回	1クール目		2クール目		3クール目		4クール目	
対象者	75歳以上 (後期高齢者)		60歳～74歳 (前期高齢者)		75歳以上 (後期高齢者)		60歳～74歳 (前期高齢者)	
1	4月	3	7月	3	10月	2	1月	15
2		5		5		4		17
3		10		10		9		22
4		12		12		11		24
5		17		17		16		29
6		19		19		18		31
7		24		24		23		5
8		26		26		25		7
9	5月	8	8月	31	11月	30	2月	12
10		10		2		1		14
11		15		7		6		19
12		17		9		8		21

※各クールの日数が予定日に実施できない場合、次期クール前に日にちを設け実施する。