

2024년 12월 프로그램 계획표

일	월	화	수	목	금	토
1	2	3	4	5	6	7
10:00 미술교실 14:00 건강체조	09:30 건강체조 10:30 노래교실 14:00 미술교실 15:30 근력증진운동 18:00 지구력운동	09:30 건강체조 10:30 책놀이 14:00 퍼즐맞추기 15:30 근력증진운동 18:00 지구력운동	09:30 건강체조 10:30 웃음치료 14:00 미술교실 15:30 근력증진운동 18:00 지구력운동	09:30 건강체조 10:30 실버레크 14:00 생신잔치 15:30 근력증진운동 18:00 지구력운동	09:30 건강체조 10:30 풍선아트 14:00 신나는노래방 15:30 근력증진운동 18:00 지구력운동	09:30 건강체조 10:30 미술교실 14:00 레크레이션 15:20 근력증진운동
8	9	10	11	12	13	14
10:00 미술교실 14:00 건강체조	09:30 건강체조 10:30 노래교실 14:00 미술교실 15:30 근력증진운동 18:00 지구력운동	09:30 건강체조 10:30 책놀이 14:00 퍼즐맞추기 15:30 근력증진운동 18:00 지구력운동	09:30 건강체조 10:30 웃음치료 14:00 미술교실 15:30 근력증진운동 18:00 지구력운동	09:30 건강체조 10:30 실버레크 14:00 워크북공부방 15:30 근력증진운동 18:00 지구력운동	09:30 건강체조 10:30 풍선아트 14:00 신나는노래방 15:30 근력증진운동 18:00 지구력운동	09:30 건강체조 10:30 미술교실 14:00 레크레이션 15:20 근력증진운동
15	16	17	18	19	20	21
10:00 미술교실 14:00 건강체조	09:30 건강체조 10:30 노래교실 14:00 미술교실 15:30 근력증진운동 18:00 지구력운동	09:30 건강체조 10:30 책놀이 14:00 퍼즐맞추기 15:30 근력증진운동 18:00 지구력운동	09:30 건강체조 10:30 웃음치료 14:00 미술교실 15:30 근력증진운동 18:00 지구력운동	09:30 건강체조 10:30 실버레크 14:00 워크북공부방 15:30 근력증진운동 18:00 지구력운동	09:30 건강체조 10:30 풍선아트 14:00 신나는노래방 15:30 근력증진운동 18:00 지구력운동	09:30 건강체조 10:30 미술교실 14:00 레크레이션 15:20 근력증진운동
22	23	24	25	26	27	28
10:00 미술교실 14:00 건강체조	09:30 건강체조 10:30 노래교실 14:00 미술교실 15:30 근력증진운동 18:00 지구력운동	09:30 건강체조 10:30 책놀이 14:00 성탄송년잔치 15:30 근력증진운동 18:00 지구력운동	09:30 건강체조 10:30 미술교실 14:00 레크레이션 15:20 근력증진운동	09:30 건강체조 10:30 실버레크 14:00 워크북공부방 15:30 근력증진운동 18:00 지구력운동	09:30 건강체조 10:30 풍선아트 14:00 신나는노래방 15:30 근력증진운동 18:00 지구력운동	09:30 건강체조 10:30 미술교실 14:00 레크레이션 15:20 근력증진운동
29	30	31				
10:00 미술교실 14:00 건강체조	09:30 건강체조 10:30 노래교실 14:00 미술교실 15:30 근력증진운동 18:00 지구력운동	09:30 건강체조 10:30 책놀이 14:00 퍼즐맞추기 15:30 근력증진운동 18:00 지구력운동				
사랑의 손 마사지 09:20~16:15(월~금)/ 건강안마 09:00~17:00(월~금)						