

平成29年 2月の予定(各部屋空き状況)

※夜間の麻雀開放、卓球開放、カラオケ開放は20時30分までのご利用となります。

は予約済です。

※夜間の筋トレ開放は20時30分までのご利用となります。

日	曜日	時間帯	機能回復訓練室	生涯学習室1	生涯学習室2	娯楽室	調理実習室	会議室
1	水	午前(9時～12時)	筈A	抽選会		エーデルワイス	かたくりの会	
		午後(13時～17時)	ワイキキ/フラダンス	初心者クラブ		歌なかま	176会	ハンドニット
		夜間(18時～21時半)	筋トレ開放			青空会		
2	木	午前(9時～12時)	筈A	麻雀開放	豊玉PC	卓球開放	豊山会	
		午後(13時～17時)	ベリ－練習/3B体操	麻雀開放	4Cサークル	練馬会		
		夜間(18時～21時半)	さざんか	麻雀開放		カラオケ開放		
3	金	午前(9時～12時)	高齢者筋力向上トレーニング	いきがいデイサービス		リトミック		
		午後(13時～17時)	ヨガ/ヴィオレッテ	シルバーエクセレント	抒情歌愛唱会	虹		
		夜間(18時～21時半)	骨盤体操			卓球開放		
4	土	午前(9時～12時)	筈B		EEサークル	練馬会	バステル琥珀	
		午後(13時～17時)	おひるふらん/竜の会	塚クラブ	英語講座/ABC	ファイブ		
		夜間(18時～21時半)	筋トレ開放	塚クラブ		カラオケ開放		
5	日	午前(9時～12時)	元気体操	桜クラブ	松木サークル	卓球開放		
		午後(13時～17時)	竹の会②/①	クラブ練馬	Mサークル	ダンス開放	いきいき健康サロン	
		夜間(18時～21時半)						
6	月	午前(9時～12時)	すみれ会	麻雀開放		卓球開放	和菓子サークル	
		午後(13時～17時)	筋トレ/混声コーラス	麻雀開放	和会	白い花	あやめ句会	
		夜間(18時～21時半)	こつこつ体操	麻雀開放	牛若会	月曜会		
7	火	午前(9時～12時)	高齢者筋力向上トレーニング	クラブ豊玉		蝶寿会②	食のほっとサロン	
		午後(13時～17時)	自彊術/若竹会	火曜会	豊中書道会	ヒバリの会		
		夜間(18時～21時半)	ラテンダンス			卓球開放		
8	水	午前(9時～12時)	かるがも	クラブ練馬	朗読の会	豊玉卓球	エムズキッチン講座	エムズキッチン講座
		午後(13時～17時)	ワイキキ/フラダンス	初心者麻雀開放	かめのこ会	ひまわり		
		夜間(18時～21時半)	筋トレ開放		豊セン映画	青空会		
9	木	午前(9時～12時)	筈A	麻雀開放	すずしろ俳句	卓球開放	もちもち	
		午後(13時～17時)	筋トレ/3B体操	麻雀開放	4Cサークル	あじさい会	パワーアップブリッジ	
		夜間(18時～21時半)	さざんか	麻雀開放		カラオケ開放		
10	金	午前(9時～12時)	高齢者筋力向上トレーニング	いきがいデイサービス		ひかり卓球	バステル紫苑	
		午後(13時～17時)	年金者/ヴィオレッテ	チャレンジ秋組	チャレンジ春組	若草クラブ	サロンほほえみ	
		夜間(18時～21時半)	ヴィオレッテ			卓球開放		
11	土	午前(9時～12時)	筈B	健康チェック (麻雀開放中止)	EEサークル	西寿会歌唱部		
		午後(13時～17時)	おひるふらん/竜の会	麻雀開放	英語講座/ABC	とよひがし	豊玉マジック	
		夜間(18時～21時半)	筋トレ開放	麻雀開放		カラオケ開放		
12	日	午前(9時～12時)	ひばりエクササイズ	クラブ豊玉	イスラエルダンス	カラオケ開放	松木サークル	
		午後(13時～17時)	竹の会②/①	NS麻雀	Mサークル	カラオケ開放		
		夜間(18時～21時半)						
13	月	午前(9時～12時)	すみれ会	麻雀開放	菁漣会教室	卓球開放	和菓子教室	
		午後(13時～17時)	筋トレ/混声コーラス	麻雀開放	折り紙教室	絆	あんこの会	ハンドニット
		夜間(18時～21時半)	こつこつ体操	麻雀開放	牛若会	月曜会		
14	火	午前(9時～12時)	高齢者筋力向上トレーニング	桜クラブ	豊センサークル発表会 実行委員会	健康太極拳	食のほっとサロン	
		午後(13時～17時)	自彊術/若竹会	健康麻雀	ブルースカイ	幸寿会	13:30～二花会	カナリヤ
		夜間(18時～21時半)	ラテンダンス	宝雀会		卓球開放		
15	水	午前(9時～12時)	蝶寿会②	初心者クラブ	ウクレレ	エーデルワイス	かたくりの会	
		午後(13時～17時)	ワイキキ/フラダンス	NS麻雀	仮)サロン	カラオケレインボー	176会	
		夜間(18時～21時半)	筋トレ開放			青空会		
16	木	午前(9時～12時)	筈A	麻雀開放	豊玉PC	卓球開放	豊美会	
		午後(13時～17時)	筋トレ/3B体操	麻雀開放		あすなる	豊美会	
		夜間(18時～21時半)	さざんか	麻雀開放	ライフヴィラ豊玉	カラオケ開放		
17	金	午前(9時～12時)	高齢者筋力向上トレーニング	いきがいデイサービス		リトミック		
		午後(13時～17時)	ヨガ/ヴィオレッテ	シルバーエクセレント	虹	花水木		
		夜間(18時～21時半)	骨盤体操		豊セン映画	卓球開放		
18	土	午前(9時～12時)	筈B	クラブ練馬	EEサークル	あすなる		
		午後(13時～17時)	おひるふらん/竜の会	塚クラブ	英語講座/ABC	ヒバリの会		
		夜間(18時～21時半)	筋トレ開放	塚クラブ		カラオケ開放		
19	日	午前(9時～12時)	元気体操	桜クラブ	松木サークル	カラオケ開放		
		午後(13時～17時)	竹の会②/①		映画会	カラオケ開放	Mサークル	
		夜間(18時～21時半)	第三日曜日の為、午後5時で閉館となります。					
20	月	午前(9時～12時)	クラブローズ	麻雀開放	菁漣会教室	卓球開放	和菓子教室	
		午後(13時～17時)	筋トレ/混声コーラス	麻雀開放	和会	ヴァイオレット	あやめ句会	ハンドニット
		夜間(18時～21時半)	こつこつ体操	麻雀開放	牛若会	月曜会		
21	火	午前(9時～12時)	高齢者筋力向上トレーニング	大型)東洋医学講座		健康太極拳	食のほっとサロン	
		午後(13時～17時)	自彊術/3Bクラブ	火曜会	豊中書道会	こだまクラブ		
		夜間(18時～21時半)	ラテンダンス			卓球開放		
22	水	午前(9時～12時)	かるがも	クラブ豊玉	朗読の会	豊玉卓球	ウクレレ	
		午後(13時～17時)	ワイキキ/若竹会	初心者麻雀開放		花水木		
		夜間(18時～21時半)	筋トレ開放			青空会		
23	木	午前(9時～12時)	蝶寿会②	麻雀開放	おひな様	卓球開放	もちもち	
		午後(13時～17時)	筋トレ/3B体操	麻雀開放	パワーアップブリッジ	歌なかま	4Cサークル	
		夜間(18時～21時半)	さざんか	麻雀開放	練馬区住民協議会	カラオケ開放		
24	金	午前(9時～12時)	高齢者筋力向上トレーニング	いきがいデイサービス		ひかり卓球	バステル紫苑	
		午後(13時～17時)	年金者/ほほえみ	チャレンジ秋組	抒情歌愛唱会	絆	サロンほほえみ	
		夜間(18時～21時半)				卓球開放		
25	土	午前(9時～12時)	筈B	麻雀開放	EEサークル	西寿会歌唱部	バステル琥珀	
		午後(13時～17時)	おひるふらん/竜の会	麻雀開放	英語講座/ABC	若草クラブ	豊玉マジック	
		夜間(18時～21時半)	筋トレ開放	麻雀開放		カラオケ開放		
26	日	午前(9時～12時)	ひばりエクササイズ	クラブ豊玉	イスラエルダンス	カラオケ開放		
		午後(13時～17時)	竹の会②/①	クラブ練馬	Mサークル	カラオケ開放	いきいき健康サロン	
		夜間(18時～21時半)						
27	月	午前(9時～12時)	クラブローズ	豊玉西寿会(am麻雀開放中止)		卓球開放	和菓子教室	
		午後(13時～17時)	筋トレ/	麻雀開放	折り紙教室	錦一楽唄会	稲門会料理	
		夜間(18時～21時半)	こつこつ体操	麻雀開放		月曜会		
28	火	午前(9時～12時)	高齢者筋力向上トレーニング	桜クラブ		蝶寿会②	食のほっとサロン	
		午後(13時～17時)	/3Bクラブ	健康麻雀	ブルースカイ	千寿会		カナリヤ
		夜間(18時～21時半)	ラテンダンス	宝雀会		卓球開放		