

ソラリエプログラム (2021年 8月)

※12:00～ 食事(別途500円)

	月	火	水	木	金
	2	3	4	5	6
13:00 ～ 14:00	ミッター式 ちよいトレ ※フォーラムと合同	Jまいんどふる (尾形)	ヨーガと呼吸法 (佐高先生)	生きるための 笑いの力 (木村・山田Dr.)	コンチワ♥根治本 (布)
	9	10	11	12	13
13:00 ～ 14:00	祝日	Jまいんどふる (布)	山田Dr. プログラム	生きるための 笑いの力 (木村・山田Dr.)	※食事提供なし
	16	17	18	19	20
13:00 ～ 14:00	こころケア ～語る編～ (小林)	Jまいんどふる (菅原)	ヨーガと呼吸法 (佐高先生)	生きるための 笑いの力 (木村・山田Dr.)	大人の図画工作 (尾形)
	23	24	25	26	27
13:00 ～ 14:00	ミッター式 ちよいトレ ※フォーラムと合同	Jまいんどふる (高澤)	山田Dr. プログラム	生きるための 笑いの力 (木村・山田Dr.)	※食事提供なし
	30	31			
13:00 ～ 14:00	こころケア ～背景編～ (小林)	自分スタディ (菅原)	食事予約は前の週の水曜までです♪ Tel : 011-222-3989		