

# 2023年11月 南総健康プログラムカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			健康レクスポ 13:00~16:00	ヨガ (多目的室) 9:30~11:00  いきいき健康教室 14:00~15:00	ヨガ (リハーサル室東) 18:30~20:00	ヨガ (多目的室) 9:30~11:00 ※混雑が予想されます
5	6	7	8	9	10	11
	休館日	ヨガ (多目的室) 18:30~20:00	健康レクスポ 13:00~16:00	ヨガ (リハーサル室東) 9:30~11:00  いきいき健康教室 【紅葉狩り】 14:00~15:00	テニス教室 10:00~12:00  ヨガ (リハーサル室東) 18:30~20:00	ヨガ (リハーサル室東) 9:30~11:00 ※混雑が予想されます
12	13	14	15	16	17	18
	休館日	ヨガ (多目的室) 18:30~20:00	健康レクスポ 13:00~16:00	ヨガ (多目的室) 9:30~11:00  いきいき健康教室 14:00~15:00	ヨガ (リハーサル室東) 18:30~20:00	ヨガ (多目的室) 9:30~11:00 ※混雑が予想されます
19	20	21	22	23	24	25
	休館日	ヨガ (リハーサル室東) 18:30~20:00	健康レクスポ 13:00~16:00	ヨガ (多目的室) 9:30~11:00  いきいき健康教室 14:00~15:00	ヨガ (リハーサル室東) 18:30~20:00	ヨガ (リハーサル室東) 9:30~11:00 ※混雑が予想されます
26	27	28	29	30		
	休館日	ヨガ (リハーサル室東) 18:30~20:00	健康レクスポ 13:00~16:00	ヨガ (リハーサル室東) 9:30~11:00  いきいき健康教室 【アリーナ】 14:00~15:00		
<div style="border: 2px solid green; border-radius: 15px; padding: 10px; width: fit-content; margin: 0 auto;"> <p style="margin: 0;"><b>南総健康プログラム</b></p> <p style="margin: 0;">〒754-0892 山口市名田島1218-1 TEL 083-972-8333 (山城南総合センター)</p> </div>						