



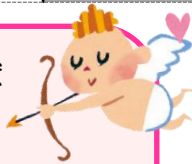
2月の日程表



日	月	火	水	木	金	土
			1 10:00 軽っこ致 14:00 軽っこ平	2 14:00 ビラティス	3 10:00 60歳健康	4 10:00 ビラティス 14:00 エアロビクス
5	6 19:30 バドミントン	7 19:00 ヨガ	8 10:00 軽っこ致 14:00 軽っこ平	9	10 10:00 60歳健康	11
12	13 19:00 体幹 19:30 バドミントン	14 14:00 運動不足 19:00 ヨガ ダンス	15 10:00 軽っこ致 14:00 軽っこ平	16 9:45 ウォーキング 14:00 ビラティス	17 10:00 60歳健康	18 10:00 ビラティス 14:00 エアロビクス
19	20 19:30 バドミントン	21 19:00 ヨガ	22 10:00 軽っこ致 14:00 軽っこ平	23	24 10:00 60歳健康	25 14:00 ヨガ
26	27 19:00 体幹 19:30 バドミントン	28 19:00 ヨガ ダンス				

バレンタインデーは、ローマ帝国時代に殉教した「聖ウァレンティヌスに由来する記念日」と伝えられています。この日、キリスト教圏では恋人や家族など大切な人に贈り物をすることが習わしとなっています。

日本では、「女性が男性にチョコを贈る日」とされてきましたが、ここ最近では、友チョコや自分チョコ、男性が自分のために買う俺チョコなどもあり、男女問わず、楽しみ方が多様化しています。



お知らせ

- ◆今月の土曜ヨガ教室は2/25のみの開催となっておりますので、お間違え無いようお願いいたします。
- ◆3/13(月)より、新年度会員受付が始まります。詳細は花すぽだより3月号(3月初頃発行予定)をご覧ください。