

令和8年度 元トレ予定表

場所:保健福祉センター4F元気測定室

時間:午前 9:30~12:00

午後 1:30~ 4:00

(所要時間 約1時間 ※時間指定あり)

元トレ

月	日にち	曜日	時間
4月	6	月	午前
	13	月	午前
	20	月	午前
5月	13	水	午後
	20	水	午後
	27	水	午後
6月	4	木	午前
	11	木	午前
	18	木	午前
	25	木	午前
7月	7	火	午後
	14	火	午後
	21	火	午後
	28	火	午後
8月	4	火	午前
	18	火	午前
	25	火	午前
9月	7	月	午後
	14	月	午後
	28	月	午後

月	日にち	曜日	時間
10月	7	水	午前
	14	水	午前
	21	水	午前
	28	水	午前
11月	4	水	午後
	11	水	午後
	18	水	午前
	25	水	午後
12月	7	月	午前
	14	月	午前
	21	月	午前
令和9年 1月	12	火	午後
	19	火	午後
	26	火	午後
2月	1	月	午後
	8	月	午後
	15	月	午後
	22	月	午後
3月	2	火	午前
	9	火	午前
	16	火	午前
	23	火	午前

問い合わせ先:尾張旭市保健福祉センター 健康課
 0561-55-6800 (平日9:00~17:00)
 (10月1日からは平日9:00~16:00)