



1月の行事



〈新年会〉

「開運！すまいる餅つき新年会」

日 時：1月13日（土）

11：00～15：20（受付10：30）

参加費：会員 1,000円

場 所：すまいる

〈ワークショップ〉

「楽しく作って美味しく食べよう！！」すまいる料理教室

日 時：1月15日（月）

10：00～14：00

場 所：辻ウエルネスクッキング 難波校

参加費：3,000円



〈健康・リフレッシュ〉

「すまいるストレスケアルーム」

日 時：1月20日（土）10：00～15：00

お一人様：30分 1,000円

「レッツ・タップダンス！」

日 時：1月22日（月）11：20～12：10

「すまいるYOGAタイム」

日 時：1月29日（月）11：20～12：10

「レッツ・チャレンジ！空手 in すまいる」

日 時：1月29日（月）13：20～14：10

〈休館日〉

水曜日・祝祭日

年明けは5日（金）からの活動となります。