

	AM	単位	PM	単位
1	土			
2	日			
3	月	個別訓練	選択 実行機能トレーニング／個別訓練	社
4	火	個別訓練	アクティブヨガ ～大きな動きでリフレッシュ～	運
5	水	個別訓練	FITプログラム	社
6	木	週間振り返り／個別訓練	ブレインフィットネス	生
7	金	ポジティブ心理学⑦	週間振り返り／個別訓練	社
8	土			
9	日			
10	月	ボッチャ大会	個別訓練／欠席振り替え日	社
11	火	個別訓練	筋トレ ～代謝を上げて脂肪燃焼～	運
12	水	個別訓練	FITプログラム	社
13	木	週間振り返り／個別訓練	ブレインフィットネス	生
14	金	ポジティブ心理学⑧	週間振り返り／個別訓練	社
15	土			
16	日			
17	月	個別訓練	FINDプログラム	社
18	火	個別訓練	リラクゼーションヨガ ～心身ともにリラックス～	運
19	水	個別訓練	FITプログラム	社
20	木	週間振り返り／個別訓練	ブレインフィットネス	生
21	金	ポジティブ心理学⑨	個別訓練	社
22	土			
23	日			
24	月	個別訓練(共有会)	避難訓練	社
25	火	個別訓練	筋力チェック	運
26	水	個別訓練	FITプログラム	社
27	木	週間振り返り／個別訓練	ブレインフィットネス	生
28	金	対人関係プログラム③	週間振り返り／個別訓練	社
29	土			
30	日			
31	月	個別訓練	FINDプログラム	社