

프로그램 운영일정

2026년 07월 / 기본형

이레요양원

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
			1 인지(전체) 팬캡 해바라기 10:30~11:30(60분)(외) 인지(인지그룹B) 패턴(B) 15:20~16:00(40분)	2 신체(전체) 소나기 10:30~11:30(60분)(외) 신체(신체그룹A) 탄력 끈 운동하기(A) 15:20~16:00(40분) 인지(인지그룹C) 포도 따라가요~(C) 16:20~17:00(40분)	3 기타(전체) 노인건강체조 11:00~11:10(10분) 신체(신체그룹B) 맨손 체조(B) 15:20~16:00(40분) 신체(전체) 스펅글 리본스틱 16:20~17:20(60분)(외)	4
5	6 여가(여가그룹B) 건강체조(신나는 트로트 율동체조)(B) 15:20~16:00(40분) 인지(인지그룹A) 주먹 가위 보~(A) 16:20~17:00(40분)(외)	7 기타(전체) 노인건강체조 11:00~11:10(10분) 여가(여가그룹A) 배드민턴(A) 15:20~16:00(40분) 여가(전체) 네 박자 16:20~17:20(60분)(외)	8 인지(전체) 기억속의 아이스크림 10:30~11:30(60분)(외) 인지(인지그룹B) 시계 보기(B) 15:20~16:00(40분)	9 신체(전체) 큰제기 팡팡 10:30~11:30(60분)(외) 신체(신체그룹A) 집게로 물건 옮기기(A) 15:20~16:00(40분) 인지(인지그룹C) 힘뇌체조 및 지남력 훈련(C) 16:20~17:00(40분)	10 기타(전체) 노인건강체조 11:00~11:10(10분) 신체(신체그룹B) 라켓사용(B) 15:20~16:00(40분) 신체(전체) 기글스틱 스트레칭체조 16:20~17:20(60분)(외)	11
12	13 여가(여가그룹A) 피부미용(팩하기)(A) 15:20~16:00(40분) 인지(인지그룹A) 더하기, 뺄셈(A) 16:20~17:00(40분)	14 기타(전체) 노인건강체조 11:00~11:10(10분) 여가(신체그룹B) 피부미용(팩하기)(B) 15:20~16:00(40분) 여가(전체) 비 내리는 고모령 16:20~17:20(60분)(외)	15 인지(전체) 나만의 썸캡 10:30~11:30(60분)(외) 인지(인지그룹B) 숫자 읽고 쓰기(B) 15:20~16:00(40분)	16 신체(전체) 두더지 잡기 10:30~11:30(60분)(외) 신체(신체그룹A) 유연성 길러보기(A) 15:20~16:00(40분) 인지(인지그룹C) 동화책 읽어드리기(C) 16:20~17:00(40분)	17 제한절 기타(전체) 노인건강체조 11:00~11:10(10분) 신체(신체그룹B) 유연한 손목 만들어 보기(B) 15:20~16:00(40분) 신체(전체) 스카프와 요가공 손목체조 16:20~17:20(60분)(외)	18
19	20 여가(여가그룹B) 동화구연(B) 15:20~16:00(40분) 인지(인지그룹A) 힘뇌체조 및 지남력 훈련(A) 16:20~17:00(40분)	21 기타(전체) 노인건강체조 11:00~11:10(10분) 여가(여가그룹A) 배드민턴(A) 15:20~16:00(40분) 여가(전체) 사랑의 이름표 16:20~17:20(60분)(외)	22 인지(전체) 내가 만드는 우리집 10:30~11:30(60분)(외) 인지(인지그룹B) 힘뇌체조 및 지남력 훈련(B) 15:20~16:00(40분)	23 신체(전체) 계란 옮기기 10:30~11:30(60분)(외) 신체(신체그룹A) 조심조심 계란 나르기(A) 15:20~16:00(40분) 인지(인지그룹C) 사물(모양)알아가기(C) 16:20~17:00(40분)	24 기타(전체) 노인건강체조 11:00~11:10(10분) 신체(신체그룹B) 공던지기(B) 15:20~16:00(40분) 신체(전체) 대나무 두드림 마사지체조 16:20~17:20(60분)(외)	25
26	27 여가(여가그룹B) 음악감상(B) 15:20~16:00(40분) 인지(인지그룹A) 달력만들기(A) 16:20~17:00(40분)	28 기타(전체) 노인건강체조 11:00~11:10(10분) 여가(여가그룹A) 영화감상(A) 15:20~16:00(40분) 여가(전체) 여자의 일생 16:20~17:20(60분)(외)	29 인지(인지그룹B) 달력만들기(B) 15:20~16:00(40분)	30 신체(신체그룹A) 근력 키우기 및 자세교정(A) 15:20~16:00(40분) 인지(인지그룹C) 달력만들기(C) 16:20~17:00(40분)	31 기타(전체) 노인건강체조 11:00~11:10(10분) 신체(신체그룹B) 근력 키우기 및 자세교정(B) 15:20~16:00(40분)	