

요일	월	화	수	목	금	토
1주		1	2	3	4	5
오전		① 실버 아침체조 (공) ② 언어교실 (정지용 "향수" 알아보기)	① 실버 아침체조 (백업봉) ② 교구교실(빨대블럭)	① 재활 전문 프로그램 - 어깨안정화 운동 ② 미술교실(한가위 추억그리기)	① 요가교실 < 유연성 UP > ② 사고력교실	① 실버 아침체조 (세라밴드) ② 언어교실
오후		① 힐링노래 - 한국실버(외) ② 슬링 운동	① 뮤직-실버나래(외) ② 슬링 운동	① 일상교구 - 한국실버(외) ② 슬링운동	① 건강살핌의날(Medi check!) ② 실버체조(접시, 물병)	① 슬링운동 ② 교구교실(젠가)
2주	7	8	9	10	11	12
오전	① 실버 아침체조 (세라밴드) ② 음악교실(마라카스)	① 실버 아침체조 (공) ② 언어교실(서예-한가위 3행시)	① 실버 아침체조 (백업봉) ② 교구교실(칠교)	① 재활 전문 프로그램 - 흉추가동화 운동 ② 공예교실(소원등 만들기)	① 요가교실 < 유연성 UP > ② 사고력교실	① 실버 아침체조 (공) ② 장구교실 < 전동 UP >
오후	① 인지-실버나래(외) ② 슬링운동	① 힐링노래 - 한국실버(외) ② 슬링 운동	① 뮤직-실버나래(외) ② 슬링 운동	① 일상교구 - 한국실버(외) ② 슬링운동	① 요리극 조리극(강정만들기) ② 실버체조(접시, 물병)	① 슬링 운동 ② 미술교실
3주	14	15	16	17	18	19
	청운마실(이상화, 서상돈 고택)					
오전	① 실버 아침체조 (세라밴드) ② 음악교실(핸드벨)	① 실버 아침체조 (공) ② 언어교실(가을속담 배우기)	① 실버 아침체조 (백업봉) ② 교구교실(카프라)	① 재활 전문 프로그램 - 요추안정화 운동 ② 미술교실(차례상 차리기)	① 요가교실 < 유연성 UP > ② 사고력교실	① 실버 아침체조 (백업봉) ② 동화구연 < 정서 UP >
오후	① 인지-실버나래(외) ② 슬링운동	① 힐링노래 - 한국실버(외) ② 슬링 운동	① 뮤직-실버나래(외) ② 슬링운동	① 일상교구 - 한국실버(외) ② 슬링운동	① 생신잔치&온사랑공연단 ② 실버체조(접시, 물병)	① 슬링 운동 ② 사고력교실
4주	21	22	23	24~26 추석 (센터 휴무)		
오전	① 실버 아침체조 (세라밴드) ② 음악교실(소고)	① 실버 아침체조 (공) ② 언어교실 (캘리그래피-한가위 카드)	① 실버 아침체조 (백업봉) ② 교구교실(도미노)			
오후	① 인지-실버나래(외) ② 슬링운동	① 힐링노래 - 한국실버(외) ② 슬링 운동	① 추석맞이 명절행사 ② 슬링운동			
5주	28	29	30			
오전	① 실버 아침체조 (세라밴드) ② 음악교실(쿵타)	① 실버 아침체조 (공) ② 일상교구 - 한국실버(외)	① 실버 아침체조 (백업봉) ② 교구교실(컬라막대)	 "놀이와 즐거움" 속에서 인지능력과 기초체력이 함께 자라납니다"		
오후	① 인지-실버나래(외) ② 슬링운동	① 언어교실(초성퀴즈) ② 슬링 운동	① 뮤직-실버나래(외) ② 슬링운동			