

🌸 2026년 8월 프로그램 일정표 🌸

월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
					8/1
					건강체조 해파리만들기 슬링 걷기
8/3	8/4	8/5	8/6	8/7	8/8
테이블체조 시니어체육 아쿠아리움, 어항만들기 실내산책	건강체조 소리꽃 슬링 걷기	밴드체조 부채만들기 슬링 실내산책	건강체조 오감나무 슬링 걷기	컵타 체조 신나는시니어체육 바닷속그림, 서핑 실내산책	건강체조 아이스크림 꾸미기 슬링 걷기
8/10	8/11	8/12	8/13	8/14	8/15
테이블체조 시니어체육 여름곤충 실내산책	건강체조 오감나무 슬링 걷기	밴드체조 화분 슬링 실내산책	건강체조 소리꽃 슬링 걷기	컵타 체조 신나는시니어체육 거북이만들기, 여름샌들 실내산책	건강체조 여름과일 슬링 걷기
8/17	8/18	8/19	8/20	8/21	8/22
테이블체조 시니어체육 불가사리 실내산책	건강체조 소리꽃 슬링 걷기	밴드체조 썸그라스에비친여름풍경 슬링 실내산책	건강체조 오감나무 슬링 걷기	컵타 체조 신나는시니어체육 바다꾸미기, 수박발 실내산책	건강체조 행복한새 슬링 걷기
8/24	8/25	8/26	8/27	8/28	8/29
테이블체조 시니어체육 당근 실내산책	건강체조 소리꽃 슬링 걷기	밴드체조 돛단배 슬링 실내산책	건강체조 오감나무 슬링 걷기	컵타 체조 신나는시니어체육 옥수수, 수국 실내산책	건강체조 타르트만들기 슬링 걷기
8/31					
테이블체조 캠핑장 슬링 실내산책					

📌 비고

- 8월 24일, 25일, 27일 조별 특별활동(야외나들이)
- 등원 시: 혈압과 체온측정, 어르신 상태 파악
- 월 1회 (마지막 금요일): 모든 어르신 혈당검사와 키, 몸무게 측정
- 휴식 시간: 물리치료, 공기압 다리마사지 및 원적외선
- 위 프로그램은 기관 사정에 따라 변경 될 수 있습니다.