

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
				1 09:40~10:10 노인건강체조 09:40~10:10 노인건강체조 10:30~11:30 실버체육 14:30~15:30 실버인지미술1 14:30~15:30 실버인지미술2 15:30~16:00 건강증진 및 개별운동 16:00~16:30 건강증진 및 개별운동	2 09:40~10:10 *힘뇌체조 09:40~10:10 *힘뇌체조 10:30~11:30 실버노래교실 14:30~15:30 예배 15:30~16:00 건강증진 및 개별운동 16:00~16:30 건강증진 및 개별운동	3 09:40~10:10 노인건강체조 10:30~11:30 *민화색칠하기 14:30~15:30 릴레이 노래자랑 15:30~16:00 건강증진 및 개별운동
4	5 09:40~10:10 *힘뇌체조 09:40~10:10 *힘뇌체조 10:30~11:30 인지강화워크북1 10:30~11:30 인지강화워크북2 14:30~15:30 레크체조교실 14:30~15:30 브레인 뇌 활력교구 15:30~16:00 건강증진 및 개별운동 16:00~16:30 건강증진 및 개별운동	6 09:40~10:10 노인건강체조 09:40~10:10 노인건강체조 10:30~11:30 색칠하기 10:30~11:30 색칠하기 14:30~15:30 *전래문화(소도구 활동) 15:30~16:00 건강증진 및 개별운동 16:00~16:30 건강증진 및 개별운동	7 09:40~10:10 *힘뇌체조 09:40~10:10 *힘뇌체조 10:30~11:30 *만들기 (공작) 10:30~11:30 *만들기 (공작) 14:30~15:30 *인지레크레이션 15:30~16:00 건강증진 및 개별운동 16:00~16:30 건강증진 및 개별운동	8 09:40~10:10 노인건강체조 09:40~10:10 노인건강체조 10:30~11:30 실버체육 14:30~15:30 실버인지미술1 14:30~15:30 실버인지미술2 15:30~16:00 건강증진 및 개별운동 16:00~16:30 건강증진 및 개별운동	9 09:40~10:10 *힘뇌체조 09:40~10:10 *힘뇌체조 10:30~11:30 실버노래교실 14:30~15:30 예배 15:30~16:00 건강증진 및 개별운동 16:00~16:30 건강증진 및 개별운동	10 09:40~10:10 노인건강체조 10:30~11:30 *민화색칠하기 14:30~15:30 릴레이 노래자랑 15:30~16:00 건강증진 및 개별운동
11	12 09:40~10:10 *힘뇌체조 09:40~10:10 *힘뇌체조 10:30~11:30 인지강화워크북1 10:30~11:30 인지강화워크북2 14:30~15:30 레크체조교실 14:30~15:30 브레인 뇌 활력교구 15:30~16:00 건강증진 및 개별운동 16:00~16:30 건강증진 및 개별운동	13 09:40~10:10 노인건강체조 09:40~10:10 노인건강체조 10:30~11:30 색칠하기 10:30~11:30 색칠하기 14:30~15:30 *전래문화(소도구 활동) 15:30~16:00 건강증진 및 개별운동 16:00~16:30 건강증진 및 개별운동	14 09:40~10:10 *힘뇌체조 09:40~10:10 *힘뇌체조 10:30~11:30 *색종이 꾸미기 (만들기). 10:30~11:30 *색종이접기 14:30~15:30 *인지레크레이션 15:30~16:00 건강증진 및 개별운동 16:00~16:30 건강증진 및 개별운동	15 광복절 09:40~10:10 노인건강체조 09:40~10:10 노인건강체조 10:30~11:30 실버체육 14:30~15:30 실버인지미술1 14:30~15:30 실버인지미술2 15:30~16:00 건강증진 및 개별운동 16:00~16:30 건강증진 및 개별운동	16 09:40~10:10 *힘뇌체조 09:40~10:10 *힘뇌체조 10:30~11:30 실버노래교실 14:30~15:30 예배 15:30~16:00 건강증진 및 개별운동 16:00~16:30 건강증진 및 개별운동	17 09:40~10:10 노인건강체조 10:30~11:30 색칠하기 14:30~15:30 릴레이 노래자랑 15:30~16:00 건강증진 및 개별운동
18	19 09:40~10:10 *힘뇌체조 09:40~10:10 *힘뇌체조 10:30~11:30 인지강화워크북1 10:30~11:30 인지강화워크북2 14:30~15:30 레크체조교실 14:30~15:30 브레인 뇌 활력교구 15:30~16:00 건강증진 및 개별운동 16:00~16:30 건강증진 및 개별운동	20 09:40~10:10 노인건강체조 09:40~10:10 노인건강체조 10:30~11:30 색칠하기 10:30~11:30 색칠하기 14:30~15:30 *전래문화(소도구 활동) 15:30~16:00 건강증진 및 개별운동 16:00~16:30 건강증진 및 개별운동	21 09:40~10:10 *힘뇌체조 09:40~10:10 *힘뇌체조 10:30~11:30 *같은 모양 찾아 색칠하기 10:30~11:30 *같은 모양 찾아 색칠하기 14:30~15:30 *인지레크레이션 15:30~16:00 건강증진 및 개별운동 16:00~16:30 건강증진 및 개별운동	22 09:40~10:10 노인건강체조 09:40~10:10 노인건강체조 10:30~11:30 실버체육 14:30~15:30 실버인지미술1 14:30~15:30 실버인지미술2 15:30~16:00 건강증진 및 개별운동 16:00~16:30 건강증진 및 개별운동	23 09:40~10:10 *힘뇌체조 09:40~10:10 *힘뇌체조 10:30~11:30 실버노래교실 14:30~15:30 예배 15:30~16:00 건강증진 및 개별운동 16:00~16:30 건강증진 및 개별운동	24 09:40~10:10 노인건강체조 10:30~11:30 *민화색칠하기 14:30~15:30 릴레이 노래자랑 15:30~16:00 건강증진 및 개별운동
25	26 09:40~10:10 *힘뇌체조 09:40~10:10 *힘뇌체조 10:30~11:30 인지강화워크북1 10:30~11:30 인지강화워크북2 14:30~15:30 레크체조교실 14:30~15:30 브레인 뇌 활력교구 15:30~16:00 건강증진 및 개별운동 16:00~16:30 건강증진 및 개별운동	27 09:40~10:10 노인건강체조 09:40~10:10 노인건강체조 10:30~11:30 색칠하기 10:30~11:30 색칠하기 14:30~15:30 *전래문화(소도구 활동) 15:30~16:00 건강증진 및 개별운동 16:00~16:30 건강증진 및 개별운동	28 09:40~10:10 *힘뇌체조 09:40~10:10 *힘뇌체조 10:30~11:30 *오려붙이기 10:30~11:30 *오려붙이기 14:30~15:30 *인지레크레이션 15:30~16:00 건강증진 및 개별운동 16:00~16:30 건강증진 및 개별운동	29 09:40~10:10 *노인건강체조 09:40~10:10 *노인건강체조 10:30~11:30 실버체육 14:30~15:30 실버인지미술1 14:30~15:30 실버인지미술2 15:30~16:00 건강증진 및 개별운동 16:00~16:30 건강증진 및 개별운동	30 09:40~10:10 *힘뇌체조 09:40~10:10 *힘뇌체조 10:30~11:30 실버노래교실 14:30~15:30 예배 15:30~16:00 건강증진 및 개별운동 16:00~16:30 건강증진 및 개별운동	31 09:40~10:10 *노인건강체조 10:30~11:30 *민화색칠하기 14:30~15:30 릴레이 노래자랑 15:30~16:00 건강증진 및 개별운동