

프로그램 운영일정

2024년 07월 / 기본형

수성실버복지센터

(외) : 외부강사 , (자) : 자원봉사자

일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
	1 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 선택형인지 10:50~11:50(60분) 신체(전체) 다트게임 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 맞춤형p/g-세마치 장단 15:00~16:00(60분)(외)	2 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 인지교재 10:50~11:50(60분) 신체(전체) 건강체조 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 맞춤형p/g - 파리 팍팍 15:00~16:00(60분)(외)	3 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 두뇌건강학습지 10:50~11:50(60분) 신체(전체) 벽돌블록 넘어뜨리 기 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 맞춤형p/g - 처녀 뱃사공 15:00~16:00(60분)(외)	4 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 인지교재 10:50~11:50(60분) 인지(전체) 두뇌체조 14:00~15:00(60분) 신체(전체) 맞춤형p/g - 행복 체조 15:00~16:00(60분)(외)	5 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 선택형인지 10:50~11:50(60분) 신체(전체) 오자미던지기 14:00~15:00(60분) 신체(전체) 윗놀이 15:00~16:00(60분)	6 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 인지교재 10:50~11:50(60분) 신체(전체) 건강체조 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 노래따라부르기 15:00~16:00(60분)
7	8 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 선택형인지 10:50~11:50(60분) 신체(전체) 건강체조 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 맞춤형p/g-컬타 15:00~16:00(60분)(외)	9 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 선택형인지 10:50~11:50(60분) 신체(전체) 고리던지기 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 맞춤형p/g - 몸 보 신 합시다 15:00~16:00(60분)(외)	10 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 선택형인지 10:50~11:50(60분) 신체(전체) 다트게임 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 맞춤형p/g - 오이 나무 15:00~16:00(60분)(외)	11 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 오리기&붙이기 10:50~11:50(60분) 인지(전체) 주사위놀이 14:00~15:00(60분) 신체(전체) 맞춤형p/g - 두뇌 체조 15:00~16:00(60분)(외)	12 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 시계보기 10:50~11:50(60분) 신체(전체) 두뇌체조 14:00~15:00(60분) 신체(전체) 윗놀이 15:00~16:00(60분)	13 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 인지교재 10:50~11:50(60분) 신체(전체) 건강체조 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 노래따라부르기 15:00~16:00(60분)
14	15 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 두뇌건강학습지 10:50~11:50(60분) 사회(전체) 시장놀이 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 마라카스 15:00~16:00(60분)	16 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 선택형인지 10:50~11:50(60분) 신체(전체) 건강체조 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 맞춤형p/g - 참새 찍찍 15:00~16:00(60분)(외)	17 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 속담맞추기 10:50~11:50(60분) 신체(전체) 행복체조 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 맞춤형p/g - 나막 신과 우산 15:00~16:00(60분)(외)	18 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 인지교재 10:50~11:50(60분) 인지(전체) 두뇌체조 14:00~15:00(60분)(외) 신체(전체) 맞춤형p/g - 운동 체조 15:00~16:00(60분)(외)	19 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 선택형인지 10:50~11:50(60분) 신체(전체) 오자미던지기 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 노래따라부르기 15:00~16:00(60분)	20 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 인지교재 10:50~11:50(60분) 신체(전체) 건강체조 14:00~15:00(60분) 신체(전체) 윗놀이 15:00~16:00(60분)
21	22 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 선택형인지 10:50~11:50(60분) 신체(전체) 다트게임 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 맞춤형p/g - 굿거 리 장단 15:00~16:00(60분)(외)	23 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 인지교재 10:50~11:50(60분) 신체(전체) 행복체조 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 맞춤형 p/g - 데굴 데굴 15:00~16:00(60분)(외)	24 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 시계보기 10:50~11:50(60분) 신체(전체) 건강체조 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 맞춤형p/g- 예쁜 어항 15:00~16:00(60분)(외)	25 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 선택형인지 10:50~11:50(60분) 인지(전체) 색판뒤집기 14:00~15:00(60분) 신체(전체) 맞춤형p/g-건강체 조 15:00~16:00(60분)(외)	26 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 두뇌건강학습지 10:50~11:50(60분) 인지(전체) 두뇌체조 14:00~15:00(60분) 신체(전체) 윗놀이 15:00~16:00(60분)	27 신체(전체) 실버체조 09:30~10:30(60분) 인지(전체) 인지교재 10:50~11:50(60분) 신체(전체) 건강체조 14:00~15:00(60분) 인지(전체) 노래따라부르기 15:00~16:00(60분)

28

29

신체(전체) 실버체조
09:30~10:30(60분)
인지(전체) 두뇌건강학습지
10:50~11:50(60분)
신체(전체) 두뇌체조
14:00~15:00(60분)
인지(전체) 맞춤형p/g-접시
15:00~16:00(60분)(외)

30

신체(전체) 실버체조
09:30~10:30(60분)
인지(전체) 선택형인지
10:50~11:50(60분)
신체(전체) 행복체조
14:00~15:00(60분)
인지(전체) 풍선 날리기
15:00~16:00(60분)

31

신체(전체) 실버체조
09:30~10:30(60분)
인지(전체) 속담맞추기
10:50~11:50(60분)
신체(전체) 건강체조
14:00~15:00(60분)
인지(전체) 데굴탁구공
15:00~16:00(60분)