

2026	07월 프로그램계획서					
					★센터 사정에 따라 바뀔 수 있음.	
일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
			01	02	03	04
			인지(요리*약식)	인지교실(장화꾸미기)	시니어인지교육	인지교실
			실내스포츠 (탁구공 옮기기)	만다라/목욕	실버스포츠 (골프)	민요교실
05	06	07	08	09	10	11
	실버뇌운동	실버인지놀이	소리꽃	시니어두뇌훈련	시니어인지교육	인지교실
	실버스포츠 (농구)	실내스포츠 (콩주머니던지기)	실버스포츠 (투호)	만다라/목욕	실내스포츠 (볼링)	민요교실
12	13	14	15	16	17	18
	실버뇌운동	실버인지놀이	소리꽃	시니어두뇌훈련	시니어인지교육	인지교실
	실내스포츠 (낚시)	실내스포츠 (게이트볼)	실내스포츠 (콩주머니던지기)	만다라/목욕	실내스포츠 (탁구공옮기기)	민요교실
19	20	21	22	23	24	25
	실버뇌운동	실버인지놀이	소리꽃	시니어두뇌훈련	시니어인지교육	인지교실
	실내스포츠 (고리던지기)	실버스포츠 (골프)	실내스포츠 (다트)	만다라/목욕	실내스포츠 (농구)	민요교실
26	27	28	28	30	31	
	실버뇌운동	달력꾸미기	소리꽃	시니어두뇌훈련	인지(여름모빌)	
	실내스포츠 (볼링)	실버스포츠 (신발던지기)	실버스포츠 (투호)	만다라/목욕	실내스포츠 (다트)	
				인지활동		
				신체활동		