

2026년 3월 프로그램 계획표

시 간	일	월	화	수	목	금	토
	1	2	3	4	5	6	7
10:00~10:30		건강체조	밴드운동	건강체조	밴드운동	건강체조	건강체조
10:30~11:00		A튼튼체육	색칠하기	농구	B레크레이션	A튼튼인지	글쓰기
11:00~11:30							색칠하기
14:00~15:00		요가	골프	B오감미술	탁구공 붙어넣기	발 빠르게	칠교놀이
15:30~16:00		C초성맞추기	노래교실	기억해줘	재활전문	C전래놀이	기억해줘
	8	9	10	11	12	13	14
10:00~10:30		건강체조	밴드운동	건강체조	밴드운동	건강체조	건강체조
10:30~11:00		A튼튼체육	색칠하기	농구	B레크레이션	A튼튼인지	글쓰기
11:00~11:30							색칠하기
14:00~15:00		요가	생신잔치	B오감미술	탁구공 붙어넣기	발 빠르게	영화시청
15:30~16:00		C초성맞추기	노래교실	기억해줘	재활전문	C전래놀이	기억해줘
	15	16	17	18	19	20	21
10:00~10:30		건강체조	밴드운동	건강체조	밴드운동	건강체조	건강체조
10:30~11:00		A튼튼체육	색칠하기	농구	B레크레이션	A튼튼인지	글쓰기
11:00~11:30							색칠하기
14:00~15:00		요가	골프	B오감미술	탁구공 붙어넣기	발 빠르게	칠교놀이
15:30~16:00		C초성맞추기	노래교실	기억해줘	재활전문	C전래놀이	기억해줘
	22	23	24	25	26	27	28
10:00~10:30		건강체조	밴드운동	건강체조	밴드운동	건강체조	건강체조
10:30~11:00		A튼튼체육	색칠하기	농구	B레크레이션	A튼튼인지	글쓰기
11:00~11:30							색칠하기
14:00~15:00		요가	사회적응	B오감미술	탁구공 붙어넣기	발 빠르게	영화시청
15:30~16:00		C초성맞추기	노래교실	기억해줘	재활전문	C전래놀이	기억해줘
	29	30	31				
10:00~10:30		건강체조	밴드운동				
10:30~11:00		A튼튼체육	색칠하기				
11:00~11:30							
14:00~15:00		요가	요리교실				
15:30~16:00		C초성맞추기	노래교실				

※프로그램일정은 주간보호센터 상황 및 여건에 의해 변경될 수 있습니다.

인지활동형

인지기능

신체기능

여가활동

가족참여

재활전문