多摩鶴牧店　プログラム表

<table>
<tr><th></th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr>
<tr><td>午前１
(9:30～
10:30)</td><td>健康体操
教室</td><td>健康体操
教室</td><td rowspan="2">セルフ
トレー
ニング</td><td></td><td>健康体操
教室</td><td rowspan="2">リハビリ
デイ
サービス
(9:00～12:00)</td></tr>
<tr><td>午前２
(11:00～
12:00)</td><td>健康体操
教室</td><td>健康体操
教室</td><td>健康体操
教室</td><td>健康体操
教室</td></tr>
<tr><td>午後１
(12:15～
13:30)</td><td>姿勢矯正
ヨガ</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>午後２
(13:45～
15:00)</td><td></td><td rowspan="2">リハビリ
デイ
サービス
(13:30～16:30)</td><td>ピラティス＆
コンディショ
ニング</td><td rowspan="2">リハビリ
デイ
サービス
(13:30～16:30)</td><td></td><td rowspan="2">リハビリ
デイ
サービス
(13:30～16:30)</td></tr>
<tr><td>午後3
(15:15～
16:00)</td><td></td><td>カラダ楽々
ストレッチ</td><td></td></tr>
</table>

詳しくはお問合せください