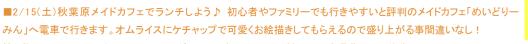
アンバーウェルネス 2025年2月

■2/8(土)ウェルネスカフェ・バレンタインデーチョコ作り♡ヘルシーなオートミール&豆腐ガトーショコラを作ります♪ 大切な方へのギフトに、ラッピングもしてみよう!午後はお散歩やレクを実施します♪(材料費:300円)





持ち物:ランチ2,600円(オムライス+サラダ+ソフトドリンク+入国料込み)、交通費640円(往復)

- ■2/20(木)ウェルネス初・ボッチャ大会!1部と2部両方参加する事も可能です♪公式のボッチャボールを使用して本格的に実施します!
- ■2/24(土)紙粘土で雪だるまを作ろう♪紙粘土で雪だるまやアナと雪の女王のオラフなど、好きなキャラクターを作ろう♪材料費:150円午後は近くの公園へお散歩へ行きます♪(雨天の場合はニューコーストのダイソーなどでお買い物)

月	火	水	木	金	±	B
					1 ■トレーニング (9:30-12:00) ■ヨガ&お茶会 (13:00-15:00)	2
3 16:00-18:00 バドミントン (13:00-15:30)	4 16:00-18:00 プール (13:00-15:30)	5 15:00-18:00	6 13:00-18:00 ボッチャ (16:00-18:00)	7 13:00-18:00 卓球 (13:00-15:30)	8 ■ウェルネスカフェ バレンタインデーの チョコレート作り♡ (9:30-15:00) 材料費:300円	9
10 13:00-18:00 モルック (13:00-15:30)	11	12 15:00–18:00	13 13:00-18:00 ボッチャ (16:00-18:00)	14 13:00-18:00 バスケット (13:00-15:30)	15 ■秋葉原メイドカフェで ランチしよう♪ (09:30-16:00) 場所秋葉原めいどりーみん 持ち物ランチ代2:600円 (ス場料、ドリンク代含む) 交通費:640円(往復)	16
17 13:00-18:00 モルック (13:00-15:30)	18 16:00-18:00 プール (13:00-15:30)	19 15:00–18:00	20 ■ボッチャ大会1部 (13:00-15:30) ■ボッチャ大会2部 (16:30-18:00) 優勝賞状あり☆	21 13:00-18:00 卓球 (13:00-15:30)	22 ■トレーニング (9:30-12:00) ■プール (13:00-15:30)	23
24 ■紙粘土で雪だるまを 作ろう♪ (9:30-12:00) ■近くの公園へ お散歩♪ (13:00-15:00)	25 16:00-18:00 プール (13:00-15:30)	26 15:00-18:00	27 13:00-18:00 ボッチャ (16:00-18:00)	28 13:00-18:00 卓球 (13:00-15:30)		

