

4月 カルチャー&アクティビティカレンダー

名前

Up Lively アクティブシニアメンバーズサロン
TEL:0774-64-7600/FAX 0774-64-7800

2020 4月	AM10:30~12:00										PM13:30~15:00										外部委託 その他	貸サロン	送迎	2020 4月
1 水	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ	D	卓球	C+	ランチでミーティング(12:00~)	A	リンパ&ピラティス(14:00~)	D	麻雀(14:00~)	D	カラオケ			有	1 水				
2 木	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ	C+	スタッフとゆる体操やお散歩	C	パソコン タブレット講座	D	ダーツフリー	C	全く初めて麻雀	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ				2 木
3 金	D	麻雀	D	カラオケ	B	美姿勢フィットネス	C+	糠っ子倶楽部 (12:00~13:30)	C	歌声サロン	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ			有	3 金				
4 土																							4 土	
5 日																								5 日
6 月	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ	C	携帯・スマホ講座	D+	ランチでシネマ	B	歌いましょう歌	D+	ランチでシネマ	D	麻雀	D	卓球			有		6 月	
7 火	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ	C	わらべ歌の会	B	楽しい古文	C	初心者麻雀	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ					7 火	
8 水	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ	B	ノルディック(10:00~)	C	歌声サロン	B	墨で楽しむ筆遊び	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ			有		8 水	
9 木	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ	B	ウクレレフレンズ	C	パソコン タブレット講座	C	笑歩くらぶミーティング	C	全く初めて麻雀	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ				9 木
10 金	D	カラオケ	D	卓球	D	麻雀	B	ためになる終活	B	健康吹き矢	C	携帯・スマホ講座	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ			有		10 金	
11 土																								11 土
12 日																								12 日
13 月	D	カラオケ	D	卓球	D	麻雀	D	オカリナフリー	D	ダーツフリー (13:30~14:30)	C+	有名スイーツでTeaTime (14:30~15:30)	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ			有		13 月	
14 火	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ	D	写経フリー	A	お洒落に朗読	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ								14 火
15 水	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ	B+	和の一皿	C	携帯・スマホ講座	A+	ビーズアクセサリー	A	リンパ&ストレッチ	D	麻雀	D	カラオケ			有		15 水	
16 木	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ	C	わらべ歌の会	C	近場でランチ (11:30~13:00)	C	全く初めて麻雀	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ					16 木	
17 金	D	麻雀	D	カラオケ	B	美姿勢フィットネス	D	オカリナフリー	C+	コーヒー倶楽部	D	卓球	D	カラオケ										17 金
18 土																								18 土
19 日																								19 日
20 月	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ	C	手作り小物(花結び)	C	パソコン タブレット講座	B	歌いましょう歌	C	手作り小物 (花結び)	D	麻雀	D	卓球			有		20 月	
21 火	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ	B	ソングアラカルト	C	初心者麻雀	B	万葉集	C	パソコン タブレット講座	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ		ピアノ個人 レッスン		21 火
22 水	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ	B+	料理教室	B	健康吹き矢	C	携帯・スマホ講座	D	麻雀(13:30~)	D	カラオケ					有		22 水	
23 木	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ	B	ウクレレフレンズ	D+	ランチでシネマ	C	全く初めて麻雀	D+	ランチでシネマ	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ				23 木
24 金	春のイベント「迫力の和太鼓」と「幸せを選ぶ風水講座」&アップライブリーご案内会																		有	24 金				
25 土																								25 土
26 日																								26 日
27 月	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ	C+	みんなでお取り寄せ (11:00~12:00)	B	大人のぬり絵	C	歌声サロン	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ			有		27 月	
28 火	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ	B	ミュージックベル	B	楽しい古文	C	初心者麻雀	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ		ピアノ個人 レッスン			28 火	
29 水																								29 水
30 木	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ	C+	笑歩くらぶ (詳細は笑歩くらぶミーティング後スタッフまで)	C	全く初めて麻雀	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ								30 木



3/20手作り小物「花結び」

【カルチャー定価料金】
(ビジター料金)
A. → 3,000円
B. → 2,500円
C. → 2,000円
D. → 1,500円
(材料費別途発生する場合あり
ます。標記例：C+)

お得なカルチャーのご利用方法
(会員様特典)

- その1. カルチャー500円引
- A. → 2,500円
 - B. → 2,000円
 - C. → 1,500円
 - D. → 1,000円

その2. 各バックコースを利用

- ① カルチャーバック
10,000円/月で参加し放題
(材料費別途発生する場合あり
ます。標記例：C+)
- ② 麻雀バック
3,000円/月で麻雀参し放題
- ③ 卓球バック
3,000円/月で卓球参し放題
- ④ カラオケバック
3,000円/月でカラオケ参加し放題

②③④の各バックご利用の方は、
その他のカルチャーにご参加の場
合は、定価の500引きでのご利用と
なります。

全て税抜き表示です。