

10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サロン
TEL:0774-64-7600/FAX 0774-64-7800

2020	AM10:30~12:00												PM13:30~15:00												送迎	2020				
10月																										10月				
1	木	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ	C	スマホ・携帯講座			D	写経フリー	C	全く初めて麻雀			D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ		1	木				
2	金	D	麻雀		D	カラオケ	D	オカリナフリー	B	美姿勢フィットネス			C+	糠っこ倶楽部 (12:30~13:30)			B	墨で楽しむ筆遊び (13:30~15:00)			D	麻雀 (13:30~)	D	カラオケ	有	2	金			
3	土																								3	土				
4	日																									4	日			
5	月	D	麻雀	D	卓球	無	笑歩くらぶミーティング「古都・世界遺産」について			C	わらべ歌の会	B	歌いましょう歌			D	水彩画フリー			D	麻雀			有	5	月				
6	火	D	カラオケ	D	卓球	D	麻雀		C	初心者麻雀			B	大人の古文			C	パソコン・タブレット講座			D	麻雀	D	カラオケ		6	火			
7	水	D	麻雀	D	カラオケ	D	卓球		D	みんなでオカリナフリー	C+	ランチでミーティング (12:00~14:00)		A	リンパ&ピラティス (14:00~15:30)		D	麻雀 (14:00~)	D	卓球	D	カラオケ	有	7	水					
8	木	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ	B	ウクレレフレンズ			D	ピアノフリー	C	スマホ・携帯講座		C	全く初めて麻雀			D	麻雀	D	卓球		8	木			
9	金	D	麻雀		D	カラオケ			C	スタッフとチェアリズム			月見の宴「ソング・ソング・ソング」&ご当地マーケット(15:00~18:30)												有	9	金			
10	土																								10	土				
11	日																									11	日			
12	月	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ	C+	CHECK 〆 スタッフとゆる体操やお散歩「氷室のコスモス観ましょ」			D	みんなでオカリナフリー	B	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	有	12	月				
13	火	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ	B	ソングアラカルト			C	パソコン・タブレット講座	A	お洒落に朗読		C	スタッフとチェアリズム			D	麻雀	D	卓球		13	火			
14	水	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ	C	携帯・スマホ講座	B	ノルディック (10:00~) 雨天中止の場合: インドアスポーツ (10:30~)		C+	ランチでシネマ (①10:30~、②12:00~)		B	大人のぬり絵			D	麻雀	D	カラオケ	有	14	水				
15	木	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ	D	写経フリー			C	初心者麻雀			B	健康吹き矢		C	全く初めて麻雀		D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ		15	木
16	金	D	麻雀	D	卓球	B	ためになる終活			B	美姿勢フィットネス			C+	コーヒー倶楽部			D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ	有	16	金				
17	土																								17	土				
18	日																									18	日			
19	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	歌いましょう歌			C	パソコン・タブレット講座			D	麻雀	D	卓球	有	19	月			
20	火	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ	B	ミュージックベル			C+	ランチでシネマ (①10:30~、②12:00~)		B	万葉集			D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ		20	火			
21	水	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ	C	携帯・スマホ講座	B+	和の一皿 (12:00~13:00)		A	ビーズアクセサリ		A	リンパ&ストレッチ		D	麻雀	D	カラオケ	有	21	水					
22	木	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ	C	初心者麻雀			B	ウクレレフレンズ			C	スタッフとチェアリズム		C	全く初めて麻雀			D	麻雀	D	卓球		22	木	
23	金	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ	D	UP Tubeでコンサート			NEW! ☆「花遊び」~Flower Play~ たっぶり1Day ☆			D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ	有	23	金							
24	土																								24	土				
25	日																									25	日			
26	月	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ	D	写経フリー	B	CHECK 〆 学シニアライフ「病気とツボの関係」		B	健康吹き矢		C+	手づくり小物 (13:00~)		D	麻雀	D	卓球	有	26	月					
27	火	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ	D	オカリナフリー			D	ピアノフリー	B	大人の古文		C	初心者麻雀		D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ		27	火		
28	水	D	麻雀	D	カラオケ	D	卓球		貸	料理教室(10:30~13:30)			B	顔ヨガ(13:30~14:30)		C	スマホ・携帯講座		D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ	有	28	水			
29	木	D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ		近場でランチ (シャトル有)			C	パソコン・タブレット講座			C	全く初めて麻雀		D	卓球	D	麻雀	D	カラオケ		29	木			
30	金	D	麻雀	D	カラオケ	C	スタッフとチェアリズム			C+	笑歩くらぶ (10/5のミーティング後決定) / 雨天中止の場合: インドアスポーツ (10:30~)			D	麻雀	D	卓球	D	カラオケ	有	30	金								
31	土																									31	土			

ミュージックベル

最近、ミュージックベルの
人気急上昇↑
皆さんとうまく息を合わせて
一つの楽曲を仕上げます。
三条先生のほんわかした温かい
ご指導で、初めての方もリラックスしてご参加されて
います。メンバー様大募集です!!



ビーズアクセサリ

ビーズの素材も多種多様です。
経験豊富で、超!女性らしい
多和先生からご提案してい
ただく作品は、どれも魅
力的!いまどきのビーズアク
セサリは、目からうろこの洒落感!!



☆ カルチャー料金について ☆

★**会員様特典:** 単発でご参加の場合、定価料金から500円引きまでのご利用となります。

(ビクター料金)	(会員様特典)
【カルチャー定価料金】	【定価より500円引き】
A. → 3,000円	→ 2,500円
B. → 2,500円	→ 2,000円
C. → 2,000円	→ 1,500円
D. → 1,500円	→ 1,000円

(材料費別途発生する場合があります。標記例: C+)

★**会員様特典:** 各バックコースがご利用いただけます

- ① **カルチャーパック**
10,000円/月で参加し放題
(材料費別途発生する場合があります。標記例: C+)
 - ② **麻雀パック**
3,000円/月で麻雀し放題
 - ③ **卓球パック**
3,000円/月で卓球し放題
 - ④ **カラオケパック**
3,000円/月でカラオケし放題
- ②③④の各バックご利用の方がその他のカルチャーにご参加の場合は、定価の500円引きまでのご利用となります。

全て税抜き価格の表示です。消費税は別途要します。