

# アミーガ 2024年11月予定表

※個別面談（リラクゼーション含む）は週1日以内でご利用可能です。（要予約・所要時間30分）

※「てくてく散歩」「ダンス瞑想会」「オープンデー」の詳細は後日に、「AYAヨガ」その他特別イベントは開催決定次第お知らせします。

作成日：2024年10月23日

		月	火	水	木	金	土	日
						1	2	3
A	10:30~11:30					瞑想・エクササイズ		
B	13:30~14:20					てくてく散歩 カフェ探索		
C	14:30~15:20					16時 完全退所		
16:30-18:00						スタッフMTG・事務処理		
		4	5	6	7	8	9	10
A	10:30~11:30		読合せ（C・ブラック）	瞑想・エクササイズ	瞑想・エクササイズ	瞑想・エクササイズ		
B	13:30~14:20		回復クラス	回復クラス	読合せ（C・ブラック）	スマイルプログラム		
C	14:30~15:20		生活困りごとMTG	瞑想・エクササイズ	アートのじかん			
16:30-18:00			スタッフMTG・事務処理	スタッフMTG・事務処理	スタッフMTG・事務処理	スタッフMTG・事務処理		
		11	12	13	14	15	16	17
A	10:30~11:30	瞑想・エクササイズ	読合せ（C・ブラック）	瞑想・エクササイズ	瞑想・エクササイズ	瞑想・エクササイズ		ダンス瞑想会 1400-1700 ふくふくプラザ
B	13:30~14:20	読み合わせ	回復クラス	回復クラス	読合せ（C・ブラック）	Xmas☆飾りつけ		
C	14:30~15:20	Happyメイクbyゆみ	生活困りごとMTG	瞑想・エクササイズ	アートのじかん			
16:30-18:00		スタッフMTG・事務処理	スタッフMTG・事務処理	スタッフMTG・事務処理	スタッフMTG・事務処理	スタッフMTG・事務処理		
		18	19	20	21	22	23	24
A	10:30~11:30	瞑想・エクササイズ	読合せ（C・ブラック）	瞑想・エクササイズ	瞑想・エクササイズ	瞑想・エクササイズ		
B	13:30~14:20	読み合わせ	回復クラス	回復クラス	読合せ（C・ブラック）	スマイルプログラム		
C	14:30~15:20	生活困りごとMTG	クッキング	瞑想・エクササイズ	アートのじかん			
16:30-18:00		スタッフMTG・事務処理	スタッフMTG・事務処理	スタッフMTG・事務処理	スタッフMTG・事務処理	スタッフMTG・事務処理		
		25	26	27	28	29	30	31
A	10:30~11:30	瞑想・エクササイズ	読合せ（C・ブラック）	瞑想・エクササイズ	瞑想・エクササイズ	瞑想・エクササイズ		
B	13:30~14:20	読み合わせ	イベントクッキング	歓迎会&バースデーイベント	読合せ（C・ブラック）	スマイルプログラム		
C	14:30~15:20	生活困りごとMTG			アートのじかん			
16:30-18:00		スタッフMTG・事務処理	スタッフMTG・事務処理	スタッフMTG・事務処理	スタッフMTG・事務処理	スタッフMTG・事務処理		

※内容・時間は変更する可能性があります。（人数が集中した場合、別途枠でプログラム開催の可能性あり）

※12月のXmasイベントは2日に分けて開催。①12/13（金）「DAY 1 : Xmas発表会」②12/25（水）「DAY 2 : Xmas料理&パーティー」の予定です

