

Sun	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Sat
			1	2	3	4
			TGライトハウスプログラム 10:00 am - 3:00 pm リトミックス (2R) →11/2へ変更 日本語初級 (2F) 10:00 am - 11:30 am ランチプログラム(予約制) 11:45am - 12:45pm	転倒防止エクササイズ 10:00 am - 11:00 am リトミックス (2R) 10:30 am - 12:00pmシニア・エアロビクス 11:30 am - 12:45 pm ヨガ護身術 (2R) 1:00 pm - 1:45 pm 麻雀クラブ 1:00 pm - 4:00 pm 俳句クラブ 1:00 pm - 3:00 pm	英語・初級 (2F) 10:00 am - 11:30 am クラフトクラブ 10:00 am - 3:00 pm ** 午後よりバザー準備*** ランチ及び 午後のプログラムお休み	隣組 秋のバザー 11am-3pm
5	6	7	8	9	10	11
	メディテーション (2R) 10:00 am - 11:30 am おはなしおはなし (1F) 10:00 am - 11:30pm タブレット初級 (2F) 10:00 am - 11:30am カラオケクラブ (1F) 12:30pm - 3:30pm  月曜ライトハウス 1:00pm-3:30pm (2R)	英語・中級 (2F) 10:00 am - 11:30 am 卓球クラブ 10:00 am - 12:00 pm タブレットiPad中級・午前 (1F) 10:00 am - 11:30 am タブレットiPad中級・午後 (2F) 1:00 pm - 2:30 pm シニア向けフラダンス 12:30 pm - 1:30 pm シニア向けヨガ 1:45 pm - 2:45 pm	TGライトハウスプログラム 10:00 am - 3:00 pm リトミックス (2R) 10:30 am - 12:00pm 日本語初級 (2F) 10:00 am - 11:30 am ランチプログラム(予約制) 11:45am - 12:45pm ヤング クラフトクラブ 1:00pm - 3:00pm  家族の会 1:30pm-3:00pm	転倒防止エクササイズ 10:00 am - 11:00 am 脳トレ **お休み**  シニア・エアロビクス 11:30 am - 12:45 pm ヨガ護身術 (2R) 1:00 pm - 1:45 pm 麻雀クラブ 1:00 pm - 4:00 pm  CM: 1pm-3pm	英語・初級 (2F) 10:00 am - 11:30 am クラフトクラブ 10:00 am - 3:00 pm ランチプログラム(予約制) 11:45 am - 12:45 pm ピアノで歌う会 12:45 pm - 2:15 pm 注)開始15分早まります  書道 (1F) - 予定(確認要) 2:30 pm - 3:30 pm 注)開始20分遅れます	
12	13	14	15	16	17	18
	Remembrance Day  CLOSED	英語・中級 (2F) 10:00 am - 11:30 am 卓球クラブ 10:00 am - 12:00 pm タブレットiPad中級・午前 (1F) 10:00 am - 11:30 am タブレットiPad中級・午後 (2F) 1:00 pm - 2:30 pm シニア向けフラダンス 12:30 pm - 1:30 pm シニア向けヨガ 1:45 pm - 2:45 pm	TGライトハウスプログラム 10:00 am - 3:00 pm 盆踊りワークショップ 10:30 am - 11:30 am リトミックス (2R) 10:30 am - 12:00pm 日本語初級 (2F) 10:00 am - 11:30 am ランチプログラム(予約制) 11:45am - 12:45pm	転倒防止エクササイズ 10:00 am - 11:00 am シニア・エアロビクス 11:30 am - 12:45 pm ヨガ護身術 (2R) 1:00 pm - 1:45 pm 麻雀クラブ **お休み** 俳句クラブ 1:00 pm - 3:00 pm  *** お誕生日会 *** 10月~12月生れ会員の方 12:45pm-2:30pm	英語・初級 (2F) 10:00 am - 11:30 am クラフトクラブ 10:00 am - 3:00 pm ランチプログラム(予約制) 11:45 am - 12:45 pm  書道 (1F) 2:00 pm - 3:00 pm  CM: 1pm-3pm	
19	20	21	22	23	24	25
	メディテーション (2R) 10:00 am - 11:30 am おはなしおはなし (1F) 10:00 am - 11:30pm タブレット初級 10:00 am - 11:30am カラオケクラブ 12:30pm - 3:30pm  月曜ライトハウスプログラム 1:00pm-3:30pm (2R)	英語・中級 (2F) 10:00 am - 11:30 am 卓球クラブ 10:00 am - 12:00 pm タブレットiPad中級・午前 (1F) 10:00 am - 11:30 am タブレットiPad中級・午後 (2F) 1:00 pm - 2:30 pm シニア向けフラダンス 12:30 pm - 1:30 pm シニア向けヨガ 1:45 pm - 2:45 pm	TGライトハウスプログラム 10:00 am - 3:00 pm リトミックス (2R) →11/23へ変更 日本語初級 (2F) 10:00 am - 11:30 am ランチプログラム(予約制) 11:45am - 12:45pm  ヤング クラフトクラブ 1:00pm - 3:00pm	転倒防止エクササイズ 10:00 am - 11:00 am リトミックス (2R) 10:30 am - 12:00pm 脳トレ (2F) 10:30 am - 11:45 am 切り紙アート (2F) 1:30 pm - 3:00 pm シニア・エアロビクス 11:30 am - 12:45 pm ヨガ護身術 (2R) 1:00 pm - 1:45 pm 麻雀クラブ 1:00 pm - 4:00 pm	英語・初級 (2F) 10:00 am - 11:30 am クラフトクラブ 10:00 am - 3:00 pm ランチプログラム(予約制) 11:45 am - 12:45 pm  ** シニアライフセミナー** ~ 公証人 ~ 1:30pm-3:00pm  CM: 1pm-3pm	日系プラス・ ソーシャルクラブ 11:00am  参加費: ドネーション
26	27	28	29	30		
	メディテーション (2R) 10:00 am - 11:30 am  月曜ライトハウスプログラム 1:00pm-3:30pm (2R)  PC質問セミナー (1F) 12:30pm - 2:00pm	英語・中級 (2F) 10:00 am - 11:30 am 卓球クラブ 10:00 am - 12:00 pm タブレットiPad中級・午前 (1F) 10:00 am - 11:30 am タブレットiPad中級・午後 (2F) 1:00 pm - 2:30 pm シニア向けフラダンス 12:30 pm - 1:30 pm シニア向けヨガ 1:45 pm - 2:45 pm  ***アウトリーチ*** クリスマスショッピング 10:00am-2:00pm	TGライトハウスプログラム 10:00 am - 3:00 pm リトミックス (2R) 10:30 am - 12:00pm 日本語初級 (2F) 10:00 am - 11:30 am ランチプログラム(予約制) 11:45am - 12:45pm	転倒防止エクササイズ 10:00 am - 11:00 am  シニア・エアロビクス 11:30 am - 12:45 pm ヨガ護身術 (2R) 1:00 pm - 1:45 pm 麻雀クラブ 1:00 pm - 4:00 pm  CM: 1pm-3pm		

Notes:

イベントボランティア募集!!

→ 隣組バザー 11月4日(土) 11:00am-3:00pm :

3日(金) イベント前日準備 10am~ & 4日(土) 当日イベントサポート(Setup 9am~, CleanUp 2pm~)

→ 隣組お誕生日会 11月13日(木) 12:45pm-2:30pm :

当日イベントサポート(Setup, Serving, Cleaning) 11:00am-3:00pm

→ ドナー感謝パーティ 11月24日(金) 5pm-8pm :

当日イベントサポート(Setup, Serving, Cleaning) 4:00pm-9:00pm

**SPA Room 予約**  
**Tel: 604-368-8413**  
(Rieまで)