

2026년 7월 프로그램계획표 (3,5,6F)

	일요일	월요일	화요일	수요일	목요일	금요일	토요일
시 간				1	2	3	4
10:30 ~ 11:00				힐링 아로마 풋케어 인지A,B,C	힐링 아로마 풋케어 신체A,B,C	힐링 아로마 풋케어 인지B,C 여가A,C	
				관절운동 연하운동	관절운동 연하운동	관절운동 연하운동	관절운동 연하운동
15:00 ~ 16:30				맞춤형P/G-신체 (넘겨 넘겨)	맞춤형P/G-음악 (홍콩아가씨)	맞춤형P/G-인지 (지오보드)	
시 간	5	6	7	8	9	10	11
10:30 ~ 11:00	이미용 봉사	힐링뷰티케어 신체A,B,C (실버체조) 여가A,B,C	힐링 아로마 풋케어 인지A,B,C * 어르신 체증재기 *	힐링뷰티케어 인지 A,B,C	힐링 아로마풋케어 신체A,B,C	힐링 아로마 풋케어 인지A,B,C 여가A,B,C (아로마테라피)	
	관절운동 연하운동	관절운동 연하운동	관절운동 연하운동	관절운동 연하운동	관절운동 연하운동	관절운동 연하운동	관절운동 연하운동
15:00 ~ 16:30		맞춤형P/G-미술 (숲속하트)	맞춤형P/G-음악 (일소일소일노일노)	맞춤형P/G-신체 (색갈 하키)	맞춤형P/G-음악 (공향의 이별)	맞춤형P/G-인지 (막대블럭)	
시 간	12	13	14	15	16	17	18
10:30 ~ 11:00	힐링 아로마 풋케어	힐링뷰티케어 신체A,B,C (실버체조) 여가A,B,C	힐링 아로마 풋케어 인지A,B,C	힐링뷰티케어 인지 A,B,C	★고운소리 봉사단공연★ (10:30)	힐링 아로마 풋케어 인지A,B,C 여가A,B,C (아로마테라피)	
	관절운동 연하운동	관절운동 연하운동	관절운동 연하운동	관절운동 연하운동	관절운동 연하운동	관절운동 연하운동	관절운동 연하운동
15:00 ~ 16:30		맞춤형P/G-미술 (해바라기)	맞춤형P/G-음악 (홍콩 아가씨)	맞춤형P/G-신체 (던져 던져)	맞춤형P/G-음악 (해뜰날)	맞춤형P/G-인지 (연꽃)	
시 간	19	20	21	22	23	24	25
10:30 ~ 11:00	힐링 아로마 풋케어	힐링뷰티케어 신체A,B,C (실버체조) 여가A,B,C	★생신잔치★ (10:00~11:00)	힐링뷰티케어 인지 A,B,C	힐링 아로마풋케어 신체A,B,C	힐링 아로마 풋케어 인지A,B,C 여가A,B,C (아로마테라피)	
	관절운동 연하운동	관절운동 연하운동	관절운동 연하운동	관절운동 연하운동	관절운동 연하운동	관절운동 연하운동	관절운동 연하운동
15:00 ~ 16:30		맞춤형P/G-미술 (수박부채 만들기)	맞춤형P/G-음악 (공향의 이별)	맞춤형P/G-신체 (네트망타구공)	맞춤형P/G-음악 (일소일소일노일노)	맞춤형P/G-인지 (속담)	
시 간	26	27	28	29	30	31	
10:30 ~ 11:00	힐링 아로마 풋케어	힐링뷰티케어 신체A,B,C (실버체조) 여가A,B,C	힐링 아로마 풋케어 인지A,B,C	힐링뷰티케어 인지 A,B,C	힐링 아로마풋케어 신체A,B,C	힐링 아로마 풋케어 인지A,B,C 여가A,B,C (아로마테라피)	
	관절운동 연하운동	관절운동 연하운동	관절운동 연하운동	관절운동 연하운동	관절운동 연하운동	관절운동 연하운동	
15:00 ~ 16:30		맞춤형P/G-미술	맞춤형P/G-음악 (해뜰날)				

※ 위 프로그램은 시설의 내·외부 사정 또는 외부강사의 사정에 따라 일정이 변경될 수 있습니다.