

アンチエイジング体操2022 日程表

| | | | |
|---|-------|-------|-------------|
| ① | 2022年 | 11月9日 | 10:30～11:40 |
| ② | | 12月7日 | 10:30～11:40 |
| ③ | 2023年 | 1月11日 | 10:30～11:40 |
| ④ | | 2月8日 | 10:30～11:40 |
| ⑤ | | 3月8日 | 10:30～11:40 |