

2022년

1월 비대면 프로그램 일정표

월요일	화요일	수요일	목요일	금요일
3	4	5	6	7
10:00 다니엘근력 운동교실				10:00 영양 식생활 프로그램
10	11	12	13	14
10:00 심리지지 프로그램				10:00 영양 식생활 프로그램
17	18	19	20	21
10:00 다니엘근력 운동교실			10:00 이완요법	
24	25	26	27	28
		10:00 수면위생 프로그램		

- 화상(ZOOM) 또는 소규모 (1-2명) 집단모임으로 진행
- 프로그램 사전 예약 필수
- 일정 외 프로그램(1:1대면) 신청 가능
- 예약 및 문의 ☎280-7420