

5月のシフト

		AMプログラム 10:00~12:00	PMプログラム 13:10~15:00
1日	土	アーユルヴェーダ ～ドーシャ診断とドーシャ別ヨガのポーズ～	コミュニケーション力UP ～カードゲームを本気でやる～
2日	日		
3日	月	スタッフ研修	Sally's Coffee 珈琲談話
4日	火	連休中でも運動はマスト! ～みんなですると楽しく頑張れる～	創造力を広げ個性的なコースターを作る ～アイロンピース～
5日	水	特別企画! 三軒茶屋オンラインプログラム ～インプロ(即興演劇)で自己表現をしてみよう!～	記憶力コミュニケーションゲーム
6日	木	運動プログラム ～筋肉チェック～	フレイムフィットネス ～生活のリズムを整える～
7日	金	週間目標振り廻りと設定	週間目標振り廻りと設定
8日	土	集中して自分と戦おう! ～ドミノ倒しに挑戦～	集中して自分と戦おう! ～ドミノ倒しに挑戦～
9日	日		
10日	月	運動プログラム ～ウォーキング～	ナビゲーションブックと就労パスポートをつくろう ～どちらが自分に合っているのか知ろう～
11日	火	FITプログラム	ディベートプログラム
12日	水	運動プログラム ～ヨガ～	個別訓練/WEB面談
13日	木	清掃プログラム/グループワーク	フレイムフィットネス ～食事～
14日	金	週間目標振り廻りと設定	週間目標振り廻りと設定
15日	土	簡単・楽しくルンルン工作♪	簡単・楽しくルンルン工作♪
16日	日		
17日	月	運動プログラム ～HIITで脂肪を燃やそう～	キャリア・アンカー
18日	火	FITプログラム	ペーパータワーをつくろう
19日	水	フレイムフィットネス ～呼吸～	個別訓練/WEB面談
20日	木	ビジネスマナー ～言葉って難しい～	脳と身体を使って… ～フレイムフィットネス&デュアルタスク～
21日	金	週間目標振り廻りと設定	週間目標振り廻りと設定
22日	土	支議員特別フシゼンツ	大富豪大会
23日	日		
24日	月	運動プログラム ～サーキットトレーニング～	求人票の見方
25日	火	FITプログラム	ENGLISH講座
26日	水	運動プログラム ～ヨガ～	個別訓練/WEB面談
27日	木	企業研究の仕方	フレイムフィットネス ～ストレスケア～
28日	金	週間目標振り廻りと設定	週間目標振り廻りと設定
29日	土	ポッチャ大会	クイズ王決定戦
30日	日		
31日	月	運動プログラム ～ミッションウォーキング～	ディベートプログラム