

ตารางออกกำลังกาย โยคะ ทุกวันพฤหัสบดี เวลา 16.30 - 17.30 น.		
ครั้งที่ทำกิจกรรม	วันที่จัด	หมายเหตุ
ครั้งที่ 1	9/10/68	
ครั้งที่ 2	16/10/68	
ครั้งที่ 3	30/10/68	
ครั้งที่ 4	6/11/68	
ครั้งที่ 5	13/11/68	
ครั้งที่ 6	20/11/68	
ครั้งที่ 7	27/11/68	
ครั้งที่ 8	4/12/68	
ครั้งที่ 9	11/12/68	
ครั้งที่ 10	18/12/68	
ครั้งที่ 11	25/12/68	
ครั้งที่ 12	8/1/69	
ครั้งที่ 13	15/1/69	
ครั้งที่ 14	22/1/69	
ครั้งที่ 15	29/1/69	
ครั้งที่ 16	5/2/69	
ครั้งที่ 17	12/2/69	
ครั้งที่ 18	19/2/69	
ครั้งที่ 19	26/2/69	
ครั้งที่ 20	5/3/69	
ครั้งที่ 21	12/3/69	
ครั้งที่ 22	19/3/69	
ครั้งที่ 23	26/3/69	
ครั้งที่ 24	2/4/69	
ครั้งที่ 25	9/4/69	
ครั้งที่ 26	16/4/69	
ครั้งที่ 27	23/4/69	
ครั้งที่ 28	30/4/69	
ครั้งที่ 29	7/5/69	
ครั้งที่ 30	14/5/69	
ครั้งที่ 31	21/5/69	
ครั้งที่ 32	28/5/69	

ตารางออกกำลังกาย โยคะ ทุกวันพฤหัสบดี เวลา 16.30 - 17.30 น.		
ครั้งที่ทำกิจกรรม	วันที่จัด	หมายเหตุ
ครั้งที่ 33	4/6/69	
ครั้งที่ 34	11/6/69	
ครั้งที่ 35	18/6/69	
ครั้งที่ 36	25/6/69	
ครั้งที่ 37	2/7/69	
ครั้งที่ 38	9/7/69	
ครั้งที่ 39	16/7/69	
ครั้งที่ 40	23/7/69	
ครั้งที่ 41	6/8/69	
ครั้งที่ 42	13/8/69	
ครั้งที่ 43	20/8/69	
ครั้งที่ 44	27/8/69	
ครั้งที่ 45	3/9/69	
ครั้งที่ 46	10/9/69	
ครั้งที่ 47	17/9/69	
ครั้งที่ 48	24/9/69	

วันหยุด

- 23 ตุลาคม 2568 วันปิยมหาราช

- 1 มกราคม 2569 วันขึ้นปีใหม่

- 30 กรกฎาคม 2569 วันเข้าพรรษา