

なめりCANクラブ教室開催日程表



日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				リズムウォーキング 10:30~11:30 フラダンス(夜) 19:00~20:30	カイロビクス 10:30~11:30 スポーツ広場 13:00~16:00	
4	5	6	7	8	9	10
レスリング(滑川高校) 10:00~12:00	フラダンス(昼) 10:15~11:45	やさしいピラティス 10:30~11:30	ヨーガ・セラピー 10:15~11:30	リズムウォーキング 10:30~11:30	カイロビクス 10:30~11:30	よくばりエアロ 10:30~12:00
	わんぱく運動教室 16:30~17:15	キッズダンス 16:30~17:15	レスリング(日医工) 18:30~20:30	バウンドテニス広場(上級) 18:30~20:45	スポーツ広場 13:00~16:00	父の日イベント バスボム作り 10:00~11:00
	ジュニア運動教室 17:30~18:15	バウンドテニス広場(初級) 18:30~20:45				
		ヨーガ療法 19:30~20:30				
11	12	13	14	15	16	17
レスリング(滑川高校) 10:00~12:00		やさしいピラティス 10:30~11:30	ヨーガ・セラピー 10:15~11:30	リズムウォーキング 10:30~11:30	カイロビクス 10:30~11:30	よくばりエアロ 10:30~12:00
		バウンドテニス広場(初級) 18:30~20:45	レスリング(日医工) 18:30~20:30	バウンドテニス広場(上級) 18:30~20:45	スポーツ広場 13:00~16:00	
		ヨーガ療法 19:30~20:30		フラダンス(夜) 19:00~20:30		
18	19	20	21	22	23	24
レスリング(滑川高校) 10:00~12:00	フラダンス(昼) 10:15~11:45	やさしいピラティス 10:30~11:30	ヨーガ・セラピー 10:15~11:30	リズムウォーキング 10:30~11:30	フラワーセミナー 10:00~11:30	滑川再発見 プロジェクト ■元気ウォーク 滑川を歩こう! 9:00~
	わんぱく運動教室 16:30~17:15	キッズダンス 16:30~17:15	レスリング(日医工) 18:30~20:30	バウンドテニス広場(上級) 18:30~20:45	カイロビクス 10:30~11:30	
	ジュニア運動教室 17:30~18:15	バウンドテニス広場(初級) 18:30~20:45			スポーツ広場 13:00~16:00	
		ヨーガ療法 19:30~20:30				
25	26	27	28	29	30	
レスリング(滑川高校) 10:00~12:00	わんぱく運動教室 16:30~17:15	やさしいピラティス 10:30~11:30	ヨーガ・セラピー 10:15~11:30	リズムウォーキング 10:30~11:30	スポーツ広場 13:00~16:00	
	ジュニア運動教室 17:30~18:15	アロマストレッチ 14:30~15:30	レスリング(日医工) 18:30~20:30	バウンドテニス広場(上級) 18:30~20:45		
		キッズダンス 16:30~17:15				
		バウンドテニス広場(初級) 18:30~20:45				
		ヨーガ療法 19:30~20:30				
滑川再発見プロジェクト ウォーキング ■元気ウォーク滑川を歩こう！ ～梅雨の滑川を元気に歩こう～ 日時:6月24日(土) 9:00～ 集合場所:スポーツ健康の森公園 第1駐車場			父の日イベント ■感謝の気持ちを込めて 入浴剤を手作りしよう！ 日時:6月10日(土) 10:00～ 滑川市総合体育センター		第2回フラワーセミナー ～寄せ植え～ 講師 ふるーる・はなはな 高橋雅子先生 日時:6月23日(金) 10:00～ 滑川市総合体育センター	