



# 2018年なめりCANクラブ教室開催日程表



日	月	火	水	木	金	土			
<b>第3回市民チャレンジウォーキング 夕涼みウォーキング</b> ■開催日:平成30年8月11日(土) ■集合場所:滑川市民大ホール ■集合時間:17時20分 滑川の旧町部を散策し、旧宮崎酒造を目指します。 当日はベトナムランタン祭が開催されています。 ゴール後は自由解散になりますので、ゆっくり楽しんで下さい。			1	2	3	4			
			ヨーガ・セラピー 10:15~11:30 レスリング(日医工) 18:30~20:30	リズムウォーキング 10:30~11:30 新体操教室 16:45~17:45 バウンドテニス(上級) 18:30~20:45	カイロピクス 10:30~11:30 	よくばりエアロ 10:30~12:00 			
			5	6	7	8	9	10	11
			レスリング(滑川高校) 10:00~12:00 	フラダンス初級 9:30~10:15 フラダンス中級 10:00~11:30 わんぱく運動教室 16:30~17:15 ジュニア運動教室 17:30~18:15	やさしいピラティス 10:30~11:30 キッズダンス 16:30~17:15 バウンドテニス(初級) 18:30~20:45	ヨーガ・セラピー 10:15~11:30 レスリング(日医工) 18:30~20:30	リズムウォーキング 10:30~11:30 バウンドテニス(上級) 18:30~20:45 フラダンス(夜) 19:00~20:30	カイロピクス 10:30~11:30 	バトントワリング 9:15~10:15 
12	13	14	15	16	17	18			
	筆ペン字講座初級 13:30~15:00	やさしいピラティス 10:30~11:30		リズムウォーキング 10:30~11:30		バトントワリング 9:15~10:15 よくばりエアロ 10:30~12:00			
19	20	21	22	23	24	25			
レスリング(滑川高校) 10:00~12:00 	フラダンス初級 9:30~10:15 フラダンス中級 10:00~11:30 わんぱく運動教室 16:30~17:15 ジュニア運動教室 17:30~18:15	キッズダンス 16:30~17:15 バウンドテニス(初級) 18:30~20:45 	ヨーガ・セラピー 10:15~11:30 レスリング(日医工) 18:30~20:30	リズムウォーキング 10:30~11:30 バウンドテニス(上級) 18:30~20:45 フラダンス(夜) 19:00~20:30		バトントワリング 9:15~10:15 よくばりエアロ 10:30~12:00			
26	27	28	29	30	31				
レスリング(滑川高校) 10:00~12:00 ジュニアサッカー(幼児) 9:00~9:45 ジュニアサッカー(低学年) 10:00~11:00	筆ペン字講座初級 13:30~15:00 わんぱく運動教室 16:30~17:15 ジュニア運動教室 17:30~18:15	やさしいピラティス 10:30~11:30 アロマストレッチ 14:30~15:30 バウンドテニス(初級) 18:30~20:45	ヨーガ・セラピー 10:15~11:30 レスリング(日医工) 18:30~20:30 	リズムウォーキング 10:30~11:30 バウンドテニス(上級) 18:30~20:45 新体操教室 16:45~17:45					