



# 2018年なめりCANクラブ教室開催日程表



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
レスリング (滑川高校) 10:00~12:00	フィットネスダンス 10:00~11:00	やさしいピラティス 10:30~11:30	ヨガ・セラピー 10:15~11:30	リズムウォーキング 10:30~11:30	カイロピクス 10:30~11:30	
	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 (上級) 18:30~20:45		
	ジュニア運動教室 17:30~18:15	バウンドテニス (初級) 18:30~20:45		フラダンス (夜) 19:00~20:30		
8	9	10	11	12	13	14
	フィットネスダンス 10:00~11:00	やさしいピラティス 10:30~11:30	ヨガ・セラピー 10:15~11:30	リズムウォーキング 10:30~11:30	カイロピクス 10:30~11:30	バトントワリング 9:15~10:15
	筆ペン字講座初級 13:30~15:00	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 (上級) 18:30~20:45		よくばりエアロ 10:30~12:00
	フラダンス初級 9:30~10:15	バウンドテニス (初級) 18:30~20:45		新体操教室 16:45~17:45		
	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						
15	16	17	18	19	20	21
		やさしいピラティス 10:30~11:30	ヨガ・セラピー 10:15~11:30	リズムウォーキング 10:30~11:30	カイロピクス 10:30~11:30	よくばりエアロ 10:30~12:00
		バウンドテニス (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 (上級) 18:30~20:45	フラダンス (夜) 19:00~20:30	
22	23	24	25	26	27	28
レスリング (滑川高校) 10:00~12:00	筆ペン字講座初級 13:30~15:00	キッズダンス 16:30~17:15	ヨガ・セラピー 10:15~11:30	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	バトントワリング 9:15~10:15
	フラダンス初級 9:30~10:15	バウンドテニス (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 (上級) 18:30~20:45		よくばりエアロ 10:30~12:00
	フラダンス中級 10:00~11:30			新体操教室 16:45~17:45		
	わんぱく運動教室 16:30~17:15					
	ジュニア運動教室 17:30~18:15					
29	30	31				
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				
ジュニアサッカー (幼児) 9:00~9:45	ジュニア運動教室 17:30~18:15	アロマストレッチ 14:30~15:30				
ジュニアサッカー (低学年) 10:00~11:00		バウンドテニス (上級) 18:30~20:45				