



2018年なめりCANクラブ教室開催日程表



日	月	火	水	木	金	土
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 ■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	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
			レスリング(日医工) 18:30~20:30	新体操教室 16:45~17:45		
				バウンドテニス(上級) 18:30~20:45		
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	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	カイロピクス 10:30~11:30	バトントワリング 9:15~10:15
	フラダンス中級 10:00~11:30	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		
	わんぱく運動教室 16:30~17:15	バウンドテニス(初級) 18:30~20:45		フラダンス(夜) 19:00~20:30		
	ジュニア運動教室 17:30~18:15					
12	13	14	15	16	17	18
	筆ペン字講座初級 13:30~15:00			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	キッズダンス 16:30~17:15	ヨーガ・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 よくばりエアロ 10:30~12:00
	フラダンス中級 10:00~11:30	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		
	わんぱく運動教室 16:30~17:15			フラダンス(夜) 19:00~20:30		
ジュニア運動教室 17:30~18:15						
26	27	28	29	30	31	
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	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		
ジュニアサッカー(幼児) 9:00~9:45	わんぱく運動教室 16:30~17:15	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(上級) 18:30~20:45		
ジュニアサッカー(低学年) 10:00~11:00	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		新体操教室 16:45~17:45		