



# 2019年なめりCANクラブ日程表

日	月	火	水	木	金	土
		1 休館日	2 休館日	3 休館日	4	5
						バトントワリング 9:15~10:15  
6	7	8	9	10	11	12
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	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  新体操教室 16:45~17:45 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  よくばりエアロ 10:30~12:00
13	14	15	16	17	18	19
レスリング (滑川高校) 10:00~12:00  	  <b>成人の日</b>	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	カイロピクス 10:30~11:30  	よくばりエアロ 10:30~12:00  
20	21	22	23	24	25	26
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  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  	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 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
27	28	29	30	31	<b>手洗い・うがいで 風邪予防に努めましょう!</b>  	
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	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		