



2019年なめりCANクラブ教室開催日程表

日	月	火	水	木	金	土
市民チャレンジウォーキング ～ノルディック・ウォーキングを楽しもう～ 					1	2
開催日 第1回 平成31年3月26日 (火) 第2回 平成31年3月27日 (水) ★ストックの貸し出しも行いますので、お気軽にご参加ください!					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 
3	4	5	6	7	8	9
レスリング (滑川高校) 10:00~12:00	フラダンス初級 9:30~10:15	バウンドテニス (初級) 18:30~20:45	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
	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		レスリング (日医工) 18:30~20:30 	新体操教室 16:45~17:46 バウンドテニス (上級) 18:30~20:45 フラダンス (夜) 19:00~20:30		
10	11	12	13	14	15	16
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	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	カイロピクス 10:30~11:30	バトントワリング 9:15~10:15
	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	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		よくばりエアロ 10:30~12:00
17	18	19	20	21	22	23
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	春分の日 		バトントワリング 9:15~10:15
	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			
	わんぱく運動教室 16:30~17:15 ジュニア運動教室 17:30~18:15					
24	25	26	27	28	29	30
レスリング (滑川高校) 10:00~12:00		市民チャレンジウォーキング 9:30~11:30	市民チャレンジウォーキング 9:30~11:30	リズムウォーキング 10:30~11:30		よくばりエアロ 10:30~12:00
		キッズダンス 16:30~17:15		バウンドテニス (上級) 18:30~20:45		
		バウンドテニス (初級) 18:30~20:45		フラダンス (夜) 19:00~20:30		
31	1年間なめりCANクラブにご参加・ご協力頂き ありがとうございました。 来年度もよろしくお願い致します! 					