

7月

2019年度なめりCANクラブ日程表

日	月	火	水	木	金	土	
	1	2	3	4	5	6	
	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	ヨーガ・セラピー 10:15~11:30	リズムウォーキング 10:30~11:30	ホップ!ステップ! ジャンプ! スポーツ塾 19:30~21:00	バトントワリング 教室 (中級コース) 8:30~10:00	
		バウンドテニス教室 (初心者コース) 19:00~20:45	レスリング (日医工) 18:30~20:30	フラダンス(夜) 19:00~20:30		よくばりエアロ 10:30~12:00	
		ホップ!ステップ! ジャンプ! スポーツ塾 19:30~21:00	ジュニア バトミントン教室 18:00~19:30	バウンドテニス広場 レベルアップコース 18:30~20:45	バトントワリング 教室 (初級コース) 13:30~14:30		
7	8	9	10	11	12	13	
	わんぱく運動教室 16:30~17:15 ジュニア運動教室 17:30~18:15	フラダンス(昼) 10:00~11:30	バウンドテニス教室 (初心者コース) 19:00~20:45	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iroピクス 10:30~11:30	バトントワリング 教室 (中級コース) 8:30~10:00
		ホップ!ステップ! ジャンプ! スポーツ塾 19:30~21:00	レスリング (日医工) 18:30~20:30	新体操教室 16:45~17:45	バウンドテニス広場 レベルアップコース 18:30~20:45	ホップ!ステップ! ジャンプ! スポーツ塾 19:30~21:00	よくばりエアロ 10:30~12:00
		ジュニア バトミントン教室 18:00~19:30	バトントワリング 教室 (初級コース) 13:30~14:30				
14	15	16	17	18	19	20	
		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iroピクス 10:30~11:30	バトントワリング 教室 (中級コース) 8:30~10:00	
		バウンドテニス教室 (初心者コース) 19:00~20:45	レスリング (日医工) 18:30~20:30	フラダンス(夜) 19:00~20:30		よくばりエアロ 10:30~12:00	
		ホップ!ステップ! ジャンプ! スポーツ塾 19:30~21:00	ジュニア バトミントン教室 18:00~19:30	バウンドテニス広場 レベルアップコース 18:30~20:45	ホップ!ステップ! ジャンプ! スポーツ塾 19:30~21:00	バトントワリング 教室 (初級コース) 13:30~14:30	
21	22	23	24	25	26	27	
レスリング (滑川高校) 10:00~12:00	フラダンス(昼) 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	バウンドテニス教室 (初心者コース) 19:00~20:45	ヨーガ・セラピー 10:15~11:30	リズムウォーキング 10:30~11:30	ホップ!ステップ! ジャンプ! スポーツ塾 19:30~21:01	よくばりエアロ 10:30~12:00	
		ホップ!ステップ! ジャンプ! スポーツ塾 19:30~21:00	新体操教室 16:45~17:45	バウンドテニス広場 レベルアップコース 18:30~20:45			
		ジュニア バトミントン教室 18:00~19:30	レスリング (日医工) 18:30~20:30				
28	29	30	31	<p>これから暑くなってきますので 水分補給はこまめに取りましょう!</p>  			
ジュニア サッカー教室 幼児の部 (年中・年長) 9:00~9:45		キッズダンス 16:30~17:15	レスリング (日医工) 18:30~20:30				
		バウンドテニス教室 (初心者コース) 19:00~20:45	ジュニア バトミントン教室 18:00~19:30				
ジュニア サッカー教室 小学校低学年の部 10:00~11:00		ホップ!ステップ! ジャンプ! スポーツ塾 19:30~21:00					