

# 10月

## 2019年度なめりCANクラブ日程表

日	月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
<p>第23回 滑川ほたるいかマラソン が開催されます。 コースでの応援 よろしくお願いします！</p> 		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	よくばりエアロ 10:30~12:00
		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		バトントワリング 教室 (初級コース) 13:30~14:30
		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 (中級コース) 13:30~15:00
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(昼) 10:00~11:30		新体操教室 16:45~17:45	リズムウォーキング 10:30~11:30		バトントワリング 教室の詳細は 改めて ご案内します。
	わんぱく運動教室 16:30~17:15		レスリング (日医工) 18:30~20:30			
	ジュニア運動教室 17:30~18:15					
13	14	15	16	17	18	19
<p>第23回 滑川ほたるいかマラソン</p> 	<p>体育の日</p>	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 教室 (初級コース) 13:30~14:30
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	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		ジュニア バトミントン教室 18:00~19:30				
20	21	22	23	24	25	26
レスリング (滑川高校) 10:00~12:00	フラダンス(昼) 10:00~11:30		ヨーガ・セラピー 10:15~11:30	リズムウォーキング 10:30~11:30	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
	わんぱく運動教室 16:30~17:15		新体操教室 16:45~17:45			
	ジュニア運動教室 17:30~18:15		レスリング (日医工) 18:30~20:30	バウンドテニス広場 レベルアップコース 18:30~20:45		
27	28	29	30	31		
ジュニア サッカー教室 幼児の部 (年中・年長) 9:00~9:45	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	リズムウォーキング 10:30~11:30		
ジュニア サッカー教室 小学校低学年の部 10:00~11:00		バウンドテニス教室 (初心者コース) 19:00~20:45				
レスリング (滑川高校) 10:00~12:00		ジュニア運動教室 17:30~18:15	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