






# 2021年なめりCANクラブ日程表

日	月	火	水	木	金	土	
	1	2	3	4	5	6	
	フィットネスセミナー 13:30~14:30	ボディメイクヨガ 13:15~14:00	レスリング (日医工) 小学4年生~中学生 18:30~20:00	リズムウォーキング 10:30~11:30	カイロピクス 10:30~11:30	ビューティーアップ エクササイズ 10:30~12:00	
	NBCバスケット ボールクラブ (総体) 16:00~18:00	キッズダンス 16:30~17:15		フラダンス (夜) 19:00~20:30		バントワリング (中級コース) 13:00~14:30 (初級コース) 14:30~15:30	
		バウンドテニス教室 初級コース 19:00~20:45				ヒップホップ ダンスセミナー 15:00~16:00	
						NBCバスケット ボールクラブ (総体) 18:00~21:00	
7	8	9	10	11	12	13	
レスリング (滑川高) 小学4年生~中学生 9:00~10:30	フラダンス (昼) 10:00~11:30	ボディメイクヨガ 13:15~14:00	ヨーガセラピー 10:15~11:30	リズムウォーキング 10:30~11:30		ビューティーアップ エクササイズ 10:30~12:00	
	フィットネスセミナー 13:30~14:30		新体操教室 16:45~17:45	NBCバスケット ボールクラブ (総体) 16:00~18:00		バントワリング (中級コース) 13:00~14:30 (初級コース) 14:30~15:30	
	レスリング (滑川高) 幼年~小学3年生 10:30~12:00	わんぱく運動教室 16:30~17:15	ジュニアバドミントン 18:00~19:30	バウンドテニス広場 レヘルアップコース 18:30~20:45		ヒップホップ ダンスセミナー 15:00~16:00	
		ジュニア運動教室 17:30~18:15	レスリング (日医工) 小学1年生~小学3年生 18:30~20:00			NBCバスケット ボールクラブ (早月) 18:00~21:00	
	NBCバスケット ボールクラブ (総体) 16:00~18:00						
14	15	16	17	18	19	20	
レスリング (滑川高) 小学4年生~中学生 9:00~10:30	フィットネスセミナー 13:30~14:30	ボディメイクヨガ 13:15~14:00	ヨーガセラピー 10:15~11:30	リズムウォーキング 10:30~11:30		ビューティーアップ エクササイズ 10:30~12:00	
	NBCバスケット ボールクラブ (総体) 16:00~18:00	キッズダンス 16:30~17:15	ジュニアバドミントン 18:00~19:30	NBCバスケット ボールクラブ (総体) 16:00~18:00		バントワリング (中級コース) 13:00~14:30 (初級コース) 14:30~15:30	
		バウンドテニス教室 初級コース 19:00~20:45	レスリング (日医工) 小学4年生~中学生 18:30~20:00	フラダンス (夜) 19:00~20:30		NBCバスケット ボールクラブ (早月) 18:00~21:00	
21	22	23	24	25	26	27	
レスリング (滑川高) 小学4年生~中学生 9:00~10:30	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	カイロピクス 10:30~11:30	ビューティーアップ エクササイズ 10:30~12:00	
	フィットネスセミナー 13:30~14:30		新体操教室 16:45~17:45	NBCバスケット ボールクラブ (総体) 16:00~18:00			
	レスリング (滑川高) 幼年~小学3年生 10:30~12:00		わんぱく運動教室 16:30~17:15	ジュニアバドミントン 18:00~19:30	バウンドテニス広場 レヘルアップコース 18:30~20:45		
			ジュニア運動教室 17:30~18:15	レスリング (日医工) 小学1年生~小学3年生 18:30~20:00			
	NBCバスケット ボールクラブ (総体) 16:00~18:00						
28	29	30	11月の教室会場変更のお知らせ ○ビューティーアップエクササイズ 11月13,20日 (サンアビ) ○バントワリング 11月13,20日 (サンアビ) ○ヒップホップダンスセミナー 11月6日 (サンアビ)				
レスリング (滑川高) 小学4年生~中学生 9:00~10:30	フィットネスセミナー 13:30~14:30	ボディメイクヨガ 13:15~14:00	ご迷惑をおかけいたしますが、宜しくお願いいたします。 				
		キッズダンス 16:30~17:15					
レスリング (滑川高) 幼年~小学3年生 10:30~12:00		バウンドテニス教室 初級コース 19:00~20:45					