



2022年なめりCANクラブ日程表

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		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	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
		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) 小学生~中学生 18:30~20:30	NBCバスケット ボールクラブ (総体) 16:00~18:00		バトントワリング (中級コース) 13:00~14:30 (初級コース) 14:30~15:30
				フラダンス (夜) 19:00~20:30		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 (早月中) 18:30~21:00
6	7	8	9	10	11	12
レスリング (滑川高) 幼年~中学生 10:00~12:00		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
		キッズダンス 16:30~17:15	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		
			ジュニアバドミントン 18:00~19:30			
			レスリング (日医工) 小学生~中学生 18:30~20:30			
13	14	15	16	17	18	19
レスリング (滑川高) 幼年~中学生 10:00~12:00	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	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
	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	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		バトントワリング (中級コース) 13:00~14:30 (初級コース) 14:30~15:30
	NBCバスケット ボールクラブ (総体) 16:00~19:00	バウンドテニス教室 初級コース 19:00~20:45	ジュニアバドミントン 18:00~19:30	フラダンス (夜) 19:00~20:30		ヒップホップ ダンスセミナー 15:00~16:02
			レスリング (日医工) 小学生~中学生 18:30~20:30			NBCバスケット ボールクラブ (早月中) 18:30~21:00
20	21	22	23	24	25	26
レスリング (滑川高) 幼年~中学生 10:00~12:00	NBCバスケット ボールクラブ (総体) 16:00~19:00	ボディメイクヨガ 13:15~14:00	レスリング (滑川高校) 小学生~中学生 10:00~12:00	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
		キッズダンス 16:30~17:15		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 (中級コース) 13:00~14:30 (初級コース) 14:30~15:30
				NBCバスケット ボールクラブ (総体) 16:00~18:00		NBCバスケット ボールクラブ (早月中) 18:30~21:00
27	28	<p style="text-align: center;">2月の教室会場変更のお知らせ</p> <p>※2/3 (木) リズムウォーキング・・・ (サンアビ体育室)</p> <p>ご迷惑お掛け致しますがよろしくお願い致します。</p>				
レスリング (滑川高) 幼年~中学生 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					
	NBCバスケット ボールクラブ (総体) 16:00~19:00					

