



2022年なめりCANクラブ日程表

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	お手軽フィットネス 13:30~14:15 バスケットボール 教室 17:00~20:00	ボディメイクヨガ 13:15~14:00 キッズダンス 16:30~17:15 バウンドテニス教室 初級コース 19:00~20:45	ヨーガセラピー 10:15~11:30 ジュニアバドミントン 18:00~19:00 レスリング (日医工) 小学生~中学生 18:30~20:30	リズムウォーキング 10:30~11:30 フラダンス (夜) 19:00~20:30	カイロピクス 10:30~11:30 バスケットボール 教室 19:00~21:00	ビューティーアップ エクササイズ 10:30~12:00 バントワリング 13:00~15:30
7	8	9	10	11	12	13
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 お手軽フィットネス 13:30~14:15 わんぱく運動教室 16:30~17:15 ジュニア運動教室 17:30~18:15 バスケットボール 教室 17:00~20:00	ボディメイクヨガ 13:15~14:00 バウンドテニス教室 初級コース 19:00~20:45	ヨーガセラピー 10:15~11:30 ジュニアバドミントン 18:00~19:00 レスリング (日医工) 小学生~中学生 18:30~20:30		バスケットボール 教室 19:00~21:00	
14	15	16	17	18	19	20
			ジュニアバドミントン 18:00~19:00 レスリング (日医工) 小学生~中学生 18:30~20:30	フラダンス (夜) 19:00~20:30	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
21	22	23	24	25	26	27
レスリング (滑川高) 幼年~中学生 10:00~12:00	お手軽フィットネス 13:30~14:15 わんぱく運動教室 16:30~17:15 ジュニア運動教室 17:30~18:15 バスケットボール 教室 17:00~21:00	ボディメイクヨガ 13:15~14:00 キッズダンス 16:30~17:15 バウンドテニス教室 初級コース 19:00~20:45	ヨーガセラピー 10:15~11:30 ジュニアバドミントン 18:00~19:00 レスリング (日医工) 小学生~中学生 18:30~20:30	リズムウォーキング 10:30~11:30 バウンドテニス教室 レベルアップコース 18:30~20:45		ビューティーアップ エクササイズ 10:30~12:00 バントワリング 13:00~15:30
28	29	30	31	<p style="text-align: center;">水分補給を忘れずに！ 早目の熱中症対策を心がけましょう！</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	ボディメイクヨガ 13:15~14:00 キッズダンス 16:30~17:15	レスリング (日医工) 小学生~中学生 18:30~20:30 ジュニアバドミントン 18:00~19:00			
ジュニアサッカー 教室 年中・年長の部 9:00~9:45	バスケットボール 教室 17:00~21:00	バウンドテニス教室 初級コース 19:00~20:45				
ジュニアサッカー 教室 小学1年~6年の部 10:00~11:00						