



2022年なめりCANクラブ日程表

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				リズムウォーキング 10:30~11:30 フラダンス(夜) 19:00~20:30 バウンドテニス教室 レベルアップコース 18:30~20:45	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
4	5	6	7	8	9	10
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 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 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	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 バトントワリング 13:00~15:30
11	12	13	14	15	16	17
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 17:00~21:00	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 フラダンス(夜) 19:00~20:30 バウンドテニス教室 レベルアップコース 18:30~20:45	バスケットボール 教室 19:00~21:00	
18	19	20	21	22	23	24
レスリング(滑川高) 幼年~中学生 10:00~12:00	敬老の日 	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	リズムウォーキング 10:30~11:30	秋分の日 	ビューティーアップ エクササイズ 10:30~12:00 バトントワリング 13:00~15:30
25	26	27	28	29	30	
レスリング(滑川高) 幼年~中学生 10:00~12:00 ジュニアサッカー 教室 年中・年長の部 9:00~9:45 ジュニアサッカー 教室 小学1年~6年の部 10:00~11:00	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	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	バスケットボール 教室 19:00~21:00	