



# 2023年なめりCANクラブ日程表

日	月	火	水	木	金	土		
今年度もなめりCANクラブ教室に参加して頂き ありがとうございました！ 来年4月からも宜しくお願いします。			1	2	3	4		
			ヨーガセラピー 10:15～11:30	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		
			ジュニアバドミントン 18:00～19:00	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 13:00～15:30		
			レスリング（日医工） 小学生～中学生 18:30～20:30					
5	6	7	8	9	10	11		
レスリング（日医工） 幼年～中学生 9:00～12:00	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		
	お手軽フィットネス 13:30～14:15	キッズダンス 16:30～17:15	ジュニアバドミントン 18:00～19:00					
	わんぱく運動教室 16:30～17:15 ジュニア運動教室 17:30～18:15	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					
	バスケットボール 教室 17:00～21:00							
12	13	14	15	16	17	18		
レスリング（日医工） 幼年～中学生 9:00～12:00	お手軽フィットネス 13:30～14:15	ボディメイクヨガ 13:15～14:00	ジュニアバドミントン 18:00～19:00	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		
	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	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	バトントワリング 13:00～15:30
	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					バウンドテニス広場 レベルアップコース 18:30～20:45	
19	20	21	22	23	24	25		
レスリング（日医工） 幼年～中学生 9:00～12:00	フラダンス（昼） 10:00～11:30		ジュニアバドミントン 18:00～19:00	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	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		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							
26	27	28	29	30	31			
レスリング（日医工） 幼年～中学生 9:00～12:00	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	ジュニアバドミントン 18:00～19:00	リズムウォーキング 10:30～11:30				
		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） 小学生～中学生 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	