



2024年なめりCANクラブ日程表

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	ボディメイクヨガ 13:30~14:15 バasketボール 教室 18:00~21:00	お気軽フィットネス 13:15~14:00	ジュニアバドミントン 18:00~19:30 レスリング (滑川高校) 小学生~中学生 18:30~20:30	リズムウォーキング 10:30~11:30 はじめての新体操 16:30~17:30 フラダンス (夜) 19:00~20:30 バウンドテニス広場 レベルアップコース 18:30~20:45	カイロピクス 10:30~11:30 こどもサッカー教室 18:00~19:00	ビューティーアップ エクササイズ 10:30~12:00 
7	8	9	10	11	12	13
レスリング (滑川高) 幼年~中学生 9:30~11:30	フラダンス (昼) 10:00~11:30 ボディメイクヨガ 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asketボール 教室 18:00~21:00 バウンドテニス教室 初級コース 19:00~20:45	お気軽フィットネス 13:15~14:00	ヨーガセラピー 10:15~11:30 キッズダンス 17:15~18:00 ジュニアバドミントン 18:00~19:30 レスリング (滑川高校) 小学生~中学生 18:30~20:30	リズムウォーキング 10:30~11:30 はじめての新体操 16:30~17:30	カイロピクス 10:30~11:30 こどもサッカー教室 18:00~19:00	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
14	15	16	17	18	19	20
レスリング (滑川高) 幼年~中学生 9:30~11:30	ボディメイクヨガ 13:30~14:15 バasketボール 教室 18:00~21:00	お気軽フィットネス 13:15~14:00	ヨーガセラピー 10:15~11:30 キッズダンス 17:15~18:00 ジュニアバドミントン 18:00~19:30 レスリング (滑川高校) 小学生~中学生 18:30~20:30	リズムウォーキング 10:30~11:30 はじめての新体操 16:30~17:30 フラダンス (夜) 19:00~20:30 バウンドテニス広場 レベルアップコース 18:30~20:45	カイロピクス 10:30~11:30 こどもサッカー教室 18:00~19:00	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
21	22	23	24	25	26	27
レスリング (滑川高) 幼年~中学生 9:30~11:30	フラダンス (昼) 10:00~11:30 ボディメイクヨガ 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asketボール 教室 18:00~21:00 バウンドテニス教室 初級コース 19:00~20:45	お気軽フィットネス 13:15~14:00 	ヨーガセラピー 10:15~11:30 キッズダンス 17:15~18:00 ジュニアバドミントン 18:00~19:30 レスリング (滑川高校) 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	こどもサッカー教室 18:00~19:00	ビューティーアップ エクササイズ 10:30~12:00
28	29	30	-ピラティス教室の開催延期について- 4月より開催予定としておりましたピラティス 教室ですが、講師の都合により、7月からの開催と なりました。 会員の皆様にはご迷惑をおかけして申し訳ありませんが、 ご理解くださいますようお願いいたします。 			
レスリング (滑川高) 幼年~中学生 9:30~11:30	昭和の日 	お気軽フィットネス 13:15~14:00				