2024年なめりＣＡＮクラブ日程表

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
	～11月教室会場変更のお知らせ～ ○ビューティーアップエクササイズ 11/9（土）…メリカダンススタジオ ○バトントワリング　11/9（土）…サンアビ体育室				カイロビクス 10:30～11:30 バスケットボール 教室 18:00～21:00	ビューティーアップ エクササイズ 10:30～12:00
3	4	5	6	7	8	9
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 バスケットボール 教室 15:00～17:00 	お気軽フィットネス 13:15～14:00	ヨーガセラピー 10:15～11:30 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 バウンドテニス教室 19:00～20:45	カイロビクス 10:30～11:30	ビューティーアップ エクササイズ 10:30～12:00 バトントワリング 13:00～15:00
10	11	12	13	14	15	16
	フラダンス（昼） 10:00～11:30 ピラティス 10:30～11:30 ボディメイクヨガ 13:30～14:15 こどもサッカー教室 18:00～19:00	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 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	カイロビクス 10:30～11:30 バスケットボール 教室 18:00～21:00	バトントワリング 13:00～15:00
17	18	19	20	21	22	23
レスリング（滑川高） 幼年～中学生 9:30～11:30 	ピラティス 10:30～11:30 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 こどもサッカー教室 18:00～19:00 バウンドテニス教室 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 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	バスケットボール 教室 18:00～21:00	
24	25	26	27	28	29	30
レスリング（滑川高） 幼年～中学生 9:30～11:30	ピラティス 10:30～11:30 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	お気軽フィットネス 13:15～14:00 	キッズダンス 17:15～18:00 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 バウンドテニス教室 19:00～20:45	バスケットボール 教室 18:00～21:00 	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 13:00～15:00