

# お知らせ

- ・種目練習に特化した非会員様用の『グループレッスン』(Grと表記)を新設定。ご予約は先着順です。
- ・個人レッスン可能時間帯に青字で「個人レッスン可能」と表示しております。ご予約は先着順です。
- ・14日から30日まで、俊雄コーチは海外出張につき不在です。皆さんの温かいサポートをお願いします。
- ・4日のおしゃべり運動会はなすコーチ、うめコーチと楽しくレッスンできますので、ぜひご参加ください。

## 8月度

日付	曜日	会場	AMLレッスン		PMLレッスン		桑名校 NTN総合運動公園 多目的広場
			開始 ~ 終了	対象クラス	開始 ~ 終了	対象クラス	
1	木	雨天練習場 コア:鈴鹿大	【お知らせ】 全クラスは俊雄コーチのみのレッスン		17:00 ~ 18:30 19:45 ~ 21:15	全クラス 夜更かしコアトレ(3年以上)	
2	金	石垣池	【お知らせ】 中以上は調整練習のため時間短縮		15:00 ~ 16:30 16:30 ~ 18:00	幼児・小学生クラス 中学生以上クラス	
3	土	雨天練習場	10:00 ~ 12:00	個人レッスン可能	13:00 ~ 14:30 15:00 ~ 17:00 17:00 ~ 18:30 17:00 ~ 18:30	幼児・小学生クラス 中学生以上クラス Grハードル:真理子C Gr短距離:俊雄C	鈴鹿参加可能
4	日	県立看護大 サオリーナ	10:00 ~ 12:00	個人レッスン可能	16:00 ~ 17:30 16:00 ~ 18:00 18:00 ~ 19:00 18:30 ~ 19:45	おしゃべり運動会:うめなすC 中学生以上クラス 基礎体力向上(GS) プール(小学4年以上)	鈴鹿参加可能 小学生 中学生以上
5	月						幼児 小学生 中学生以上
6	火	石垣池	【お知らせ】 真理子コーチのみのレッスン		12:30 ~ 14:30 15:30 ~ 17:00 17:00 ~ 19:00	個人レッスン可能 幼児・小学生クラス 中学生以上クラス	幼児 小学生 中学生以上
7	水	石垣池			15:30 ~ 17:00 17:00 ~ 19:00	幼児・小学生クラス 中学生以上クラス	
8	木	雨天練習場	【お知らせ】 全クラスは俊雄コーチのみのレッスン		18:00 ~ 19:30 19:30 ~ 21:00	全クラス 夜更かしGS(3年以上)	
9	金	石垣池	【お知らせ】 絢子コーチのみのレッスン		12:30 ~ 14:30 15:30 ~ 17:00 17:00 ~ 19:00	個人レッスン可能 幼児・小学生クラス 中学生以上クラス	
10	土	個人:雨天 石垣池			12:30 ~ 14:30 13:00 ~ 14:30 15:30 ~ 17:00 17:00 ~ 19:00	個人レッスン可能 Grハードル:真理子C 幼児・小学生クラス 中学生以上クラス	鈴鹿参加可能
11	日	個人:雨天 石垣池			12:30 ~ 14:30 15:30 ~ 17:00 16:30 ~ 19:00 17:30 ~ 18:45	個人レッスン可能 幼児・小学生クラス 中学生以上クラス 走高跳体験(4年以上)	小学生 中学生以上
12	月	個人:雨天 石垣池			12:30 ~ 14:30 15:30 ~ 17:00 16:30 ~ 19:00 17:30 ~ 18:45	個人レッスン可能 幼児・小学生クラス 中学生以上クラス 走高跳体験(4年以上)	幼児 小学生 中学生以上
13	火	個人・Gr:雨天 石垣池	10:00 ~ 12:00	個人レッスン可能	13:00 ~ 14:30 13:00 ~ 14:30 15:30 ~ 17:00 17:00 ~ 19:00	Gr走幅跳:久美子C Gr短距離:俊雄C 幼児・小学生クラス 中学生以上クラス	幼児 小学生 中学生以上

14	水	石垣池	【お知らせ】 絢子コーチのみのレッスン	15:30 ~ 17:00 17:00 ~ 19:00	幼児・小学生クラス 中学生以上クラス		
15	木	雨天練習場	【お知らせ】 久美子コーチのみのレッスン	12:30 ~ 14:30 15:00 ~ 16:30 17:00 ~ 18:30	個人レッスン可能 Gr走幅跳:久美子C 全クラス		
16	金	石垣池	【お知らせ】 絢子コーチのみのレッスン	15:30 ~ 17:00 17:00 ~ 19:00	幼児・小学生クラス 中学生以上クラス		
17	土	個人:雨天 石垣池		12:30 ~ 14:30 15:30 ~ 17:00 16:30 ~ 19:00 17:30 ~ 19:00	個人レッスン可能 幼児・小学生クラス 中学生以上クラス Grハードル:真理子C	鈴鹿参加可能	
18	日	石垣池	【お知らせ】 久美子コーチのみのレッスン	15:30 ~ 17:00 17:00 ~ 19:00	幼児・小学生クラス 中学生以上クラス	桑員選手権	
19	月					幼児 小学生 中学生以上	
20	火	個人:雨天 石垣池		12:30 ~ 14:30 15:30 ~ 17:00 17:00 ~ 19:00	個人レッスン可能 幼児・小学生クラス 中学生以上クラス	幼児 小学生 中学生以上	
21	水	石垣池	【お知らせ】 久美子コーチのみのレッスン	15:30 ~ 17:00 17:00 ~ 19:00	幼児・小学生クラス 中学生以上クラス		
22	木	鈴鹿大学	【お知らせ】 真理子コーチのみのレッスン	20:00 ~ 21:00	コアトレーニング		
23	金	雨天練習場	【お知らせ】 絢子コーチのみのレッスン	15:00 ~ 16:30 17:00 ~ 19:00	幼児・小学生クラス 中学生以上クラス		
24	土	雨天練習場	【お知らせ】 真理子コーチのみのレッスン	13:00 ~ 14:30 15:00 ~ 17:00 17:00 ~ 18:00	幼児・小学生クラス 中学生以上クラス 基礎体力向上(GS)		
25	日	個人:雨天 県立看護大		12:30 ~ 14:30 16:00 ~ 17:30 16:45 ~ 18:45 18:45 ~ 19:45	個人レッスン可能 幼児・小学生クラス 中学生以上クラス 基礎体力向上(GS)	小学生 中学生以上	
26	月					幼児 小学生 中学生以上	
27	火	雨天練習場	【お知らせ】 久美子コーチのみのレッスン	15:00 ~ 16:30 17:00 ~ 19:00	幼児・小学生クラス 中学生以上クラス	幼児 小学生 中学生以上	
28	水	雨天練習場		13:30 ~ 15:00 15:00 ~ 16:30 17:00 ~ 19:00	Gr走幅跳:久美子C 幼児・小学生クラス 中学生以上クラス		
29	木	雨天練習場 コア:鈴鹿大	【お知らせ】 全クラスは久美子コーチのみのレッスン	17:00 ~ 18:30 20:00 ~ 21:00	全クラス コアトレーニング		
30	金	個人:雨天 石垣池	【お知らせ】 調整練習のため時間短縮	12:00 ~ 14:00 14:30 ~ 15:45 16:00 ~ 17:30	個人レッスン可能 幼児・小学生クラス 中以上(調整練習)	鈴鹿参加可能	
31	土		クラブ対抗・ジュニアオリンピック予選(伊勢)				