

## 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。
- ・試合前日は時間短縮でのレッスンです。お間違いのないようにお願いします。
- ・疲労調整にボディプロデュースをぜひご利用ください。5月末まで特別料金でご利用いただけます。

## 5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	土	雨天練習場	10:00 ~ 12:00	個人レッスン可能	12:30 ~ 14:00 14:30 ~ 17:00	幼児・小学生クラス 中学生以上クラス	桑員種目別
2	日	石垣池			13:00 ~ 14:30 14:30 ~ 17:00 17:00 ~ 18:30 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走幅跳: 久美子C Gr短距離: 俊雄C	小学生 中学生以上
3	月	個人:雨天 石垣池	10:00 ~ 12:00	個人レッスン可能	13:00 ~ 14:30 14:30 ~ 17:00	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
4	火	雨天練習場	10:00 ~ 12:00	個人レッスン可能	12:30 ~ 14:00 14:30 ~ 16:30 16:45 ~ 17:45 16:45 ~ 18:15	幼児・小学生クラス 中学生以上クラス 基礎体力向上(GS) Grハードル: 久美子C	幼児 小学生 中学生以上
5	水	雨天練習場	10:00 ~ 12:00	個人レッスン可能	12:30 ~ 14:00 14:00 ~ 15:00 14:30 ~ 16:30 16:45 ~ 17:45 16:45 ~ 17:45	幼児・小学生クラス ロケット体験(5年以上) 中学生以上クラス 基礎体力向上(GS) 走高跳体験(5年以上)	
6	木	雨天練習場	20:00 ~ 21:00	コアトレーニング オンライン	17:00 ~ 18:30 19:40 ~ 21:00	全クラス コアトレーニング	
7	金		休業				
8	土	個人:雨天 石垣池			13:00 ~ 14:30 14:30 ~ 17:00 15:15 ~ 16:45	幼児・小学生クラス 中学生以上クラス Gr走幅跳: 久美子C	
9	日	雨天練習場	10:00 ~ 12:00	個人レッスン可能	12:30 ~ 14:00 14:30 ~ 16:30 16:45 ~ 17:45 16:45 ~ 18:15	幼児・小学生クラス 中学生以上クラス 基礎体力向上(GS) Gr短距離: 俊雄C	小学生 中学生以上
10	月						幼児 小学生 中学生以上
11	火	雨天練習場			17:00 ~ 18:30 19:00 ~ 21:00	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
12	水	雨天練習場			17:00 ~ 18:30 19:00 ~ 21:00	幼児・小学生クラス 中学生以上クラス	
13	木	雨天練習場	20:00 ~ 21:00	コアトレーニング オンライン	17:00 ~ 18:30 19:40 ~ 21:00	全クラス コアトレーニング	

14	金	雨天練習場			17:00 ~ 18:30 19:00 ~ 21:00	幼児・小学生クラス 中学生以上クラス	
15	土	雨天練習場	10:30 ~ 12:00	幼児・小学生クラス (試合参加者以外限定)	12:30 ~ 13:45 14:00 ~ 15:30 14:00 ~ 16:00	小学生(試合参加者限定) 中以上(試合参加者限定) 中学生以上クラス	
16	日		鈴鹿市小学生予選・第3回鈴鹿市記録会(石垣池)				鈴鹿地区予選 引率の為、 お休み
17	月						幼児 小学生 中学生以上
18	火	雨天練習場			17:00 ~ 18:30 19:00 ~ 21:00	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
19	水	雨天練習場			17:00 ~ 18:30 19:00 ~ 21:00	幼児・小学生クラス 中学生以上クラス	
20	木	雨天練習場	20:00 ~ 21:00	コアトレーニング オンライン	17:00 ~ 18:30 19:40 ~ 21:00	全クラス コアトレーニング	
21	金	雨天練習場			17:00 ~ 18:30 19:00 ~ 21:00	幼児・小学生クラス 中学生以上クラス	
22	土	雨天練習場			12:30 ~ 14:00 14:30 ~ 16:30 16:45 ~ 17:45 16:45 ~ 18:15	幼児・小学生クラス 中学生以上クラス 基礎体力向上(GS) Grハードル:久美子C	試合参加者 調整練習 11:30~12:45
23	日		桑員地区小学生予選引率の為、お休み				桑員地区予選
24	月						幼児 小学生 中学生以上
25	火	雨天練習場			17:00 ~ 18:30 19:00 ~ 21:00	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
26	水	雨天練習場			17:00 ~ 18:30 19:00 ~ 21:00	幼児・小学生クラス 中学生以上クラス	
27	木	雨天練習場	20:00 ~ 21:00	コアトレーニング オンライン	17:00 ~ 18:30 19:40 ~ 21:00	全クラス コアトレーニング	
28	金	雨天練習場			17:00 ~ 18:30 19:00 ~ 21:00	幼児・小学生クラス 中学生以上クラス	
29	土	雨天練習場	10:00 ~ 12:00	個人レッスン可能	12:30 ~ 14:00 14:30 ~ 16:30 16:45 ~ 17:45 16:45 ~ 18:15 16:45 ~ 18:15	幼児・小学生クラス 中学生以上クラス 基礎体力向上(GS) Gr短距離:俊雄C Gr走幅跳:久美子C	
30	日	雨天練習場	10:00 ~ 12:00	個人レッスン可能	12:30 ~ 14:00 14:30 ~ 16:30 16:45 ~ 17:45 16:45 ~ 17:45	幼児・小学生クラス 中学生以上クラス 基礎体力向上(GS) 走高跳体験(5年以上)	小学生 中学生以上
31	月						幼児 小学生 中学生以上