

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。
- ・大掃除のご参加は有志です。
- ・25日に全体の集合写真を撮影する予定です。

12月度

日付	曜日	会場	AMレッスン		PM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	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		
2	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		
3	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		
4	土		鈴鹿市長距離選手権(石垣池)					
5	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 ~ 18:15 16:45 ~ 18:15	幼児・小学生クラス 中学生以上クラス Gr短距離:俊雄C Gr走幅跳:久美子C	幼児 小学生 中学生以上	
6	月						幼児 小学生 中学生以上	
7	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	
8	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	幼児 小学生 中学生以上	
9	木	雨天練習場	20:00 ~ 21:00	コアトレーニング オンライン	19:40 ~ 21:00	コアトレーニング		
10	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		
11	土	雨天練習場			12:30 ~ 14:00 14:30 ~ 17:00	幼児・小学生クラス 中学生以上クラス		
12	日		山口県出張のため、レッスンお休み					
13	月						幼児 小学生 中学生以上	

14	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	
15	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		
16	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		
17	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		
18	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	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		
19	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 ~ 18:15 16:45 ~ 18:15	幼児・小学生クラス 中学生以上クラス Gr短距離:俊雄C Gr走幅跳:久美子C	幼児 小学生 中学生以上	
20	月						幼児 小学生 中学生以上	
21	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	
22	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		
23	木	雨天練習場			17:00 ~ 18:30 19:00 ~ 21:00	全クラス みんなでコアトレ (4年生以上参加可能)		
24	金	石垣池			15:00 ~ 16:30 17:00 ~ 19:00	幼児・小学生クラス 中学生以上クラス		
25	土	雨天+屋外		【お知らせ】 汚れても良い服装で参加ください 雑巾を持参いただけると助かります	12:15 ~ 14:15 14:30 ~ 16:30 16:30 ~ 17:30	大掃除 全クラス 基礎体力向上(GS)		
26	日	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	
27	月	石垣池			14:30 ~ 17:00	中学生以上クラス	幼児 小学生 中学生以上	
28	火		年末休業					
29	水							
30	木							
31	金							