

ランニングスクールフロッグの2020年2月スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29	30	31	1
						[星が丘朝活③] 7:00～8:30 [出向走り型] 12:00～14:00
2	3	4	5	6	7	8
[無料]7:30～8:00 モーニングアロハラン 10:00 瑞穂区ランイベント 15:00 CLUBホノルル			月額：水曜レッスン/19:30	月額：木曜レッスン/10:00 月額：キッズクラス / 17:30 月額：初心者クラス / 19:00 月額：木曜レッスン/19:30		[星が丘朝活④] 7:00～8:30 月額：土曜レッスン/10:00
9	10	11	12	13	14	15
[無料]7:30～8:00 モーニングアロハラン		10:00 初フル 講座	月額：水曜レッスン/19:30	月額：木曜レッスン/10:00 月額：キッズクラス / 17:30 月額：初心者クラス / 19:00 月額：木曜レッスン/19:30		[星が丘朝活⑤] 7:00～8:30 月額：土曜レッスン/10:00 マラソンESJ③ 愛知学院大学
16	17	18	19	20	21	22
[無料]7:30～8:00 モーニングアロハラン			月額：水曜レッスン/19:30	月額：木曜レッスン/10:00 月額：キッズクラス / 17:30 月額：初心者クラス / 19:00 月額：木曜レッスン/19:30		[星が丘朝活⑥] 7:00～8:30 月額：土曜レッスン/10:00
23	24	25	26	27	28	29
[無料]7:30～8:00 モーニングアロハラン			月額：水曜レッスン/19:30	月額：木曜レッスン/10:00 月額：キッズクラス / 17:30 月額：初心者クラス / 19:00 月額：木曜レッスン/19:30		[走り型教室] 9:00 [走り型教室] 10:30

体験参加 (3,000円→無料) キャンペーン中！

- ☒これからランニングを始めたい
- ☒マラソンに挑戦したい
- ☒走り型やトレーニング方法を知りたい

初心者クラス
木曜 19時00から30分間
または
月額レッスンを体験



毎月20名・先着受付中

お得な定額制 会員募集中！

《プログラム》

初心者クラス
ランニング習慣クラス
2.3月マラソンクラス
12.1月マラソンクラス
10.11月マラソンクラス
(全クラス同時開催)

朝レッスン
木 10:00
土 10:00

夜レッスン
水 19:30
木 19:30

1回3,000円で単発受講も可能

《入会手続き》

月額5,500円

入会時2か月分の受講費11,000円
3か月目からは銀行自動引き落とし
雨天時でもレッスンは開催します。
会員になると、週何回でも参加ok

仲間が出来る！
一緒に大会へ



走って人生をカエル
ランニングスクール フロッグ

〒462-0846 名古屋市北区名城1-4-1名城公園トナリノ
フリーダイヤル 0120-846-269 (走ろう、フロッグ)
<http://running.co.jp> [ランニングフロッグ]検索