



ランニングスクールFROG(フロッグ) 2019年7月のスケジュール

日	月	火	水	木	金	土
30	1	2	3	4	5	6
				[月額]木曜クラス10:00~11:00 [小学生]木曜キッズクラス17:30~18:30 [月額]水曜夜クラス19:30~20:30	[月額]木曜夜クラス19:30~20:30	函館マラソン出場の為お休みします
7	8	9	10	11	12	13
[無料]7:30~8:00 モーニングアロハラン(1.5km)				[月額]木曜クラス10:00~11:00 [小学生]木曜キッズクラス17:30~18:30 [月額]水曜夜クラス19:30~20:30	[月額]木曜夜クラス19:30~20:30	[星が丘]7:00~8:30 朝活ランニングスクール① [月額]土曜クラス10:00~11:00
14	15	16	17	18	19	20
[無料]7:30~8:00 モーニングアロハラン(1.5km) 9:00NAGOYAマラソン練習会				[月額]木曜クラス10:00~11:00 [小学生]木曜キッズクラス17:30~18:30 [月額]水曜夜クラス19:30~20:30	[月額]木曜夜クラス19:30~20:30	[星が丘]7:00~8:30 朝活ランニングスクール② [月額]土曜クラス10:00~11:00
21	22	23	24	25	26	27
[無料]7:30~8:00 モーニングアロハラン(1.5km) 8:30~10:00秋フルレッスン①				[月額]木曜クラス10:00~11:00 [小学生]木曜キッズクラス17:30~18:30 [月額]水曜夜クラス19:30~20:30	[月額]木曜夜クラス19:30~20:30	[星が丘]7:00~8:30 朝活ランニングスクール③ [月額]土曜クラス10:00~11:00
28	29	30	31			
[無料]7:30~8:00 モーニングアロハラン(1.5km)						

晋うなら
これがお勧め!

月額メンバー募集中 月額¥5,400/銀行引き落とし

受け
放題

木・土 10:00~11:00
水・木 19:30~20:30

目的に合わせた
4タイプ同時受講スタイル
初心者 10.11月 マラソン
11.12月 マラソン
2.3月 マラソン

木曜キッズ
正しい走り型を身に付け
ランニングで体を育てます
対象 小学3年以上
木曜 17:30~18:30

秋フルレッスン
練習メニュー付き
グループレッスン
日曜 朝8:30
7/21~11/30 全8回

マラソン練習会
大会のように走る!
参加費 1,000円
(受講生は無料)
朝8:00受付9:00開始

★ **体験レッスン** ★
毎月先着20名無料
1レッスン ¥3,000 申込はこちら
先着無料
受付中
0120-846-269




走って人生をカエル
名城公園のランニングスクール
FROG (フロッグ)

TEL 0120-846-269 (走ろう、フロッグ) 定休日: 月 第1・3金 (レッスンに準じます)
[ランニング・フロッグ] で検索 <http://www.running.co.jp> 営業時間: 火~金 9:00~15:00/18:00~20:00
〒462-0846名古屋市中区1-4-1名城公園トナリ1階 土日祝7:00~15:00