

ランニングスクールフロッグの2020年1月レッスンスケジュール

日	月	火	水	木	金	土
29	30	31	1	2	3	4
お正月休み 12月29日～1月3日						[月額]10:00～11:00土曜レッスン 新年★豚汁会
5	6	7	8	9	10	11
[無料朝ラン]7:30～8:00 モーニングアロハラン(1.5km)			[月額]19:30～20:30 水曜レッスン	[月額]10:00～11:00木曜レッスン [月額]17:30～18:30キッズクラス [月額]19:30～20:30木曜レッスン		[朝活]7:00～8:30 (1回目) [朝活]8:30～10:00 (新規オリエン)
12	13	14	15	16	17	18
[無料朝ラン]7:30～8:00 モーニングアロハラン(1.5km) 春日井マラソン2020			[月額]19:30～20:30 水曜レッスン	[月額]10:00～11:00木曜レッスン [月額]17:30～18:30キッズクラス [月額]19:30～20:30 木曜レッスン		[月額]10:00～11:00土曜レッスン マラソンESJ③ 愛知学院大学
19	20	21	22	23	24	25
[無料朝ラン]7:30～8:00 モーニングアロハラン(1.5km)			[月額]19:30～20:30 水曜レッスン	[月額]10:00～11:00 木曜レッスン [月額]17:30～18:30 キッズクラス [月額]19:30～20:30 木曜レッスン		[朝活]7:00～8:30 (2回目) [月額]10:00～11:00土曜レッスン
26	27	28	29	30	31	
[無料朝ラン]7:30～8:00 モーニングアロハラン(1.5km)			[月額]19:30～20:30 水曜レッスン	[月額]10:00～11:00 木曜レッスン [月額]17:30～18:30 キッズクラス [月額]19:30～20:30 木曜レッスン		



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]で検索

月額会員募集中!

5,500円/月々

朝レッスン
木 10:00
土 10:00

夜レッスン
水 19:30
夜 19:30

何回でも通い放題 (単発1回3,000円)

- これからランニングを始める人
- 走る友達が欲しい人
- 走り型やトレーニング方法を
専門家から指導を受けたい人
- マラソンに挑戦したい人

毎月先着20名様
1レッスン体験参加 **無料**

