

2025年 1月スケジュール

		月	火	水		木		金	土		
スクール	クラブ			スクール	クラブ	スクール	クラブ		その他	スクール	クラブ
29		30	31	1		2		3	4		
年末年始のお休みをいただきます 12/29(日)～1/6(月)まで											
5		6	7	8		9		10	11		
				9:00 ランニングスクール		9:00 マラソン 9:00 ランニングスクール ランニングクラブ		朝活 7:30 ランニングクラブ ※体験DAY		8:00 ランニングスクール マラソン 9:00 ランニングクラブ 11:00-12:00 ウィメンズ 初心者講座③ 11:00-12:00 なかちゃんの ウルトラ講座①	
12		13	14	15		16		17	18		
8:00 ランニングスクール マラソン 9:00 ランニングクラブ				9:00 ランニングスクール		9:00 マラソン 9:00 ランニングスクール ランニングクラブ		朝活 7:30 ランニングクラブ 8:00-10:00 たくプロ道場 3期④		8:00 ランニングスクール マラソン 9:00 ランニングクラブ 11:00-12:00 なかちゃんの ウルトラ講座②	
19		20	21	22		23		24	25		
8:00 ランニングスクール マラソン 9:00 ランニングクラブ 冬のロング走 最大3時間				9:00 ランニングスクール		9:00 マラソン 9:00 ランニングスクール ランニングクラブ		朝活 7:30 ランニングクラブ 8:00 ランニングスクール マラソン 9:00 ランニングクラブ 11:00-12:00 ウィメンズ 初心者講座④ 11:00-12:00 なかちゃんの ウルトラ講座③			
26		27	28	29		30		31			
8:00 ランニングスクール マラソン 9:00 ランニングクラブ				9:00 ランニングスクール		9:00 マラソン 9:00 ランニングスクール ランニングクラブ					
				マラソン 19:30 ランニングクラブ		マラソン 19:30 ランニングクラブ					

