

2025年 8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
8月31日								1	2		
第5週目のため お休みです									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
									8/2～8/3 諏訪湖合宿		
3		4	5	6		7		8	9		
7:30 モーニングアロハラン 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 ランニングスクール	マラソン 9:00 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	9:00～9:30 11:00～11:30 たくプロDOJO 9:30～10:30 ウォーキング から始める ジョギング教室
8/2～8/3 諏訪湖合宿				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					
10		11	12	13		14		15	16		
スクールは 10日～18日 まで お休みです	塚本コーチ トレイル ランニング イベント (山を走りに行きます)			お盆休みを頂きます 8/10(日) ～ 8/17(日)							
17		18	19	20		21		22	23		
				9:00 ランニングスクール		9:00 ランニングスクール	マラソン 9:00 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
				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					
24		25	26	27		28		29	30		
7:30 モーニングアロハラン 8:00 ランニングスクール	マラソン 8:00 ランニングクラブ 夏のロング走 最大2時間			9:00 ランニングスクール		9:00 ランニングスクール	マラソン 9:00 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
				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			※休職DAY		

