


## 2025年 12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
		1	2	3		4		5		6	
				<div>📖 9:00 ランニングスクール</div> <div>自主練 19:30 マラソン 19:30 ランニングスクール ランニングクラブ</div>		<div>📖 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</div> <div>自主練 19:30 マラソン 19:30 ランニングスクール ランニングクラブ</div>			<div>📖 8:00 ランニングスクール</div> <div>マラソン 9:00 ランニングクラブ</div>		
7		8	9	10		11		12		13	
<div>📖 8:00 ランニングスクール</div> <div>マラソン 9:00 ランニングクラブ</div>			<div>📖 9:00 ランニングスクール</div> <div>自主練 19:30 マラソン 19:30 ランニングスクール ランニングクラブ</div>		<div>📖 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</div> <div>自主練 19:30 マラソン 19:30 ランニングスクール ランニングクラブ</div>			<div>朝活 7:30 星が丘テラス</div> <div>📖 8:00 ランニングスクール</div> <div>マラソン 9:00 ランニングクラブ</div> <div>9:00—9:30 11:00—11:30 たくプロDOJO</div>			
14		15	16	17		18		19		20	
<div>📖 8:00 ランニングスクール</div> <div>マラソン 9:00 ランニングクラブ</div> <div>冬のロング走 最大 3 時間</div>			<div>📖 9:00 ランニングスクール</div> <div>自主練 19:30 マラソン 19:30 ランニングスクール ランニングクラブ</div>		<div>📖 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</div> <div>自主練 19:30 マラソン 19:30 ランニングスクール ランニングクラブ</div>			<div>朝活 朝活 星が丘テラス</div> <div>📖 8:00 ランニングスクール</div> <div>マラソン 9:00 ランニングクラブ</div> <div> マラソン 給水 練習付き</div>			
21		22	23	24		25		26		27	
<div>📖 8:00 ランニングスクール</div> <div>マラソン 9:00 ランニングクラブ</div>			<div>📖 9:00 ランニングスクール</div> <div>自主練 19:30 マラソン 19:30 ランニングスクール ランニングクラブ</div>		<div>📖 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</div> <div>自主練 19:30 マラソン 19:30 ランニングスクール ランニングクラブ</div>			<div>朝活 7:30 星が丘テラス</div> <div>📖 8:00 ランニングスクール</div> <div>マラソン 9:00 ランニングクラブ</div> <div>←12/26(金)19:00—21:00 FROGの忘年会inぴち天</div>			
28		29	30	31							
<div>📖 8:00 ランニングスクール</div> <div>マラソン 9:00 ランニングクラブ</div> <div>冬のロング走 最大 3 時間</div>											

年末年始のお休み  
12/29(月)～ 1/6 (火)

