［１２月ー１月］開講日レッスンスケジュール

あくまで予定ですので、天候またはその他の理由で場所や時間の変更があります→レッスン前にはスケジュールをご確認の上ご参加下さい
会員の方は１日何回でも週に何回でも全クラスのレッスン参加が可能です(回数制限なし)※ナイタークラス(クラブ)を除く
体験の方は予め予約表(〇・X)をご確認ください。各クラスのご予約表を参照の上希望日時をお知らせください※ナイタークラス&オンラインクラスの体験レッスンは出来ません

日付		体験予約	印西牧の原クラス 園児～小中学生
12/6	土	○	［場所］牧の原公園(コスモスの丘) １０：００～１０：４５
12/7	日	○	［場所］牧の原公園(コスモスの丘) １０：００～１０：４５
12/13	土	○	［場所］牧の原公園(コスモスの丘) １０：００～１０：４５
12/14	日	○	［場所］牧の原公園(コスモスの丘) １０：００～１０：４５
12/20	土	○	［場所］牧の原公園(コスモスの丘) １０：００～１０：４５
12/21	日	○	［場所］牧の原公園(コスモスの丘) １０：００～１０：４５
12/24 or 12/25	水 or 木	クリスマス会♡ NSCクリスマスパーティー♠ ［場所］SAKU LOUNGE 午後を予定	
12/27	土	○	［場所］牧の原公園(コスモスの丘) １０：００～１０：４５
12/28	日	○	［場所］牧の原公園(コスモスの丘) １０：００～１０：４５

日付		体験予約	八千代総合グラウンドクラス 園児～小中学生
12/6	土	○	［場所］八千代総合グラウンド広場 １１：４５～１２：３０
12/7	日	○	［場所］八千代総合グラウンド広場 １１：４５～１２：３０
12/13	土	○	［場所］八千代総合グラウンド広場 １１：４５～１２：３０
12/14	日	マラソン大会の為変更	［場所］保科ほしな近隣公園【もえぎの】 １１：４５～１２：３０
12/20	土	○	［場所］八千代総合グラウンド広場 １１：４５～１２：３０
12/21	日	○	［場所］八千代総合グラウンド広場 １１：４５～１２：３０
12/24 or 12/25	水 or 木	クリスマス会♡ NSCクリスマスパーティー♠ ［場所］SAKU LOUNGE 午後を予定	
12/27	土	○	［場所］八千代陸上競技場 DXトレ １８：００～１９：００
12/28	日	○	［場所］八千代総合グラウンド広場 １１：４５～１２：３０

日付		体験予約	成田公津の杜クラス 園児～小中学生
12/6	土	○	［場所］公津の杜公園 １４：００～１４：４５
12/7	日	○	［場所］中台陸上競技場 １４：００～１４：４５
12/13	土	○	［場所］公津の杜公園 １４：００～１４：４５
12/14	日	○	［場所］公津の杜公園 １４：００～１４：４５
12/20	土	○	［場所］公津の杜公園 １４：００～１４：４５
12/21	日	○	［場所］公津の杜公園 １４：００～１４：４５
12/24 or 12/25	水 or 木	クリスマス会♡ NSCクリスマスパーティー♠ ［場所］SAKU LOUNGE 午後を予定	
12/27	土	○	［場所］公津の杜公園 １４：００～１４：４５
12/28	日	○	［場所］中台陸上競技場 １４：００～１４：４５

日付		NSC陸上クラブ／ナイタークラス（４年生～クラス認定対象）	プログラム
12/1	月	［場所］八千代総合G陸上競技場 １７：３０～２０：３０	専門トレ （種目）
12/4	木	［場所］西部スポ広場 １７：３０～２０：３０	専門トレ （スピード）
12/5	金	［場所］岩名小出陸上競技場 １８：００～２０：４５	専門トレ
12/7	日	［場所］中台陸上競技場 １４：００～１６：４５	成田クラスafter 基礎・専門
12/8	月	［場所］八千代総合G陸上競技場 １７：３０～２０：３０	専門トレ （種目）
12/11	木	［場所］西部スポ広場 １７：３０～２０：３０	専門トレ （スピード）
12/12	金	［場所］岩名小出陸上競技場 １８：００～２０：４５	専門トレ
12/15	月	［場所］八千代総合G陸上競技場 １７：３０～２０：３０	専門トレ （種目）
12/18	木	［場所］西部スポ広場 １７：３０～２０：３０	専門トレ （スピード）
12/19	金	［場所］岩名小出陸上競技場 １８：００～２０：４５	専門トレ
12/21	日	クラブオンラインミーティング［年末報告会,来年度の予定など,合宿ミーティング］ 20:00～Z00M	
12/22	月	［場所］八千代総合G陸上競技場 １７：３０～２０：３０	専門トレ （種目）
12/25	木	未定	
12/26	金	［場所］岩名小出陸上競技場 １８：００～２０：４５	専門トレ
12/27	土	［場所］八千代陸上競技場 DXトレ １８：００～２０：４５	八千代クラスafter 基礎・専門
12/28	日	［場所］中台陸上競技場 １４：００～１６：４５	成田クラスafter 基礎・専門
12/29 12/30	月 火	冬合宿 千葉県内　詳細別途お知らせ	

日付		体験予約	印西牧の原クラス 園児～小中学生
1/4	日	○	［場所］牧の原公園(コスモスの丘) １０：００～１０：４５
1/10	土	○	［場所］牧の原公園(コスモスの丘) １０：００～１０：４５
1/11	日	○	［場所］牧の原公園(コスモスの丘) １０：００～１０：４５
1/17	土	○	［場所］牧の原公園(コスモスの丘) １０：００～１０：４５
1/18	日	○	［場所］牧の原公園(コスモスの丘) １０：００～１０：４５
1/24	土	○	［場所］牧の原公園(コスモスの丘) １０：００～１０：４５
1/25	日	○	［場所］牧の原公園(コスモスの丘) １０：００～１０：４５
1/31	土	○	［場所］牧の原公園(コスモスの丘) １０：００～１０：４５
2/1	日	○	［場所］牧の原公園(コスモスの丘) １０：００～１０：４５

日付		体験予約	八千代総合グラウンドクラス 園児～小中学生
1/4	日	○	［場所］八千代陸上競技場 １１：４５～１２：４５
1/10	土	○	［場所］八千代総合グラウンド広場 １１：４５～１２：３０
1/11	日	○	［場所］八千代総合グラウンド広場 １１：４５～１２：３０
1/17	土	○	［場所］八千代総合グラウンド広場 １１：４５～１２：３０
1/18	日	○	［場所］八千代総合グラウンド広場 １１：４５～１２：３０
1/24	土	○	［場所］八千代総合グラウンド広場 １１：４５～１２：３０
1/25	日	○	［場所］八千代総合グラウンド広場 １１：４５～１２：３０
1/31	土	○	［場所］八千代総合グラウンド広場 １１：４５～１２：３０
2/1	日	○	［場所］八千代総合グラウンド広場 １１：４５～１２：３０

日付		体験予約	成田公津の杜クラス 園児～小中学生
1/4	日	○	［場所］中台陸上競技場 １４：００～１４：４５
1/10	土	○	［場所］公津の杜公園 １４：００～１４：４５
1/11	日	○	［場所］公津の杜公園 １４：００～１４：４５
1/17	土	○	［場所］公津の杜公園 １４：００～１４：４５
1/18	日	○	［場所］公津の杜公園 １４：００～１４：４５
1/24	土	○	［場所］公津の杜公園 １４：００～１４：４５
1/25	日	○	［場所］公津の杜公園 １４：００～１４：４５
1/31	土	○	［場所］公津の杜公園 １４：００～１４：４５
2/1	日	○	［場所］公津の杜公園 １４：００～１４：４５

日付		NSC陸上クラブ／ナイタークラス（４年生～クラス認定対象）	プログラム
1/2	箱根	箱根駅伝ツアー指定選手　岩名集合	
1/4	日	［場所］中台陸上競技場 １４：００～１６：４５	成田クラスafter 基礎・専門
1/5	月	［場所］八千代総合G陸上競技場 １７：３０～２０：３０	専門トレ （種目）
1/8	木	［場所］西部スポ広場 １７：３０～２０：３０	専門トレ・スピード
1/9	金	［場所］岩名小出陸上競技場 １８：００～２０：４５	基礎・専門
1/12	月祝	［場所］八千代総合G陸上競技場 or冬季キャンプ 17:30～20:30	専門トレ （種目）
1/15	木	［場所］西部スポ広場 １７：３０～２０：３０	専門トレ・スピード
1/16	金	［場所］岩名小出陸上競技場 １８：００～２０：４５	基礎・専門
1/19	月	［場所］八千代総合G陸上競技場 １７：３０～２０：３０	専門トレ （種目）
1/22	木	［場所］西部スポ広場 １７：３０～２０：３０	専門トレ・スピード
1/23	金	［場所］岩名小出陸上競技場 １８：００～２０：４５	基礎・専門
1/26	月	［場所］八千代総合G陸上競技場 １７：３０～２０：３０	専門トレ （種目）
1/29	木	［場所］西部スポ広場 １７：３０～２０：３０	専門トレ・スピード