

[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ー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(クラブ練習)を除く  
体験の方は**予め予約表(○・×)**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

日付	体験予約	印西牧の原クラス 園児～小中学生	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	日付	体験予約	成田公津の杜クラス 園児～小中学生	日付	NSC陸上クラブ/ナイタークラス(4年生～小中高対象)	プログラム				
12/6	土	○	[場所] 牧の原公園(コスモスの丘) 10:00～10:45	12/6	土	○	[場所] 八千代総合グラウンド広場 11:45～12:30	12/6	土	○	[場所] 公津の杜公園 14:00～14:45	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)
12/7	日	○	[場所] 牧の原公園(コスモスの丘) 10:00～10:45	12/7	日	○	[場所] 八千代総合グラウンド広場 11:45～12:30	12/7	日	○	[場所] 中台陸上競技場 14:00～14:45	12/4	木	[場所] 西園スズバ広場 17:30～20:30	専門トレ (スピード)
12/13	土	○	[場所] 牧の原公園(コスモスの丘) 10:00～10:45	12/13	土	○	[場所] 八千代総合グラウンド広場 11:45～12:30	12/13	土	○	[場所] 中台グラウンド(専用) 14:00～14:45	12/5	金	[場所] 近名小出陸上競技場 18:00～20:45	専門トレ
12/14	日	○	[場所] 牧の原公園(コスモスの丘) 10:00～10:45	12/14	日	マラソン大会の為 変更	[場所] 保科はしな近隣公園【もえぎの】 11:45～12:30	12/14	日	○	[場所] 公津の杜公園 14:00～14:45	12/7	日	[場所] 中台陸上競技場 14:00～16:45	成田クラスafter 基礎・専門
12/20	土	×	[場所] 牧の原公園(コスモスの丘) 10:00～10:45	12/20	土	○	[場所] 八千代総合グラウンド広場 11:45～12:30	12/20	土	○	[場所] 中台グラウンド(専用) 14:00～14:45	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)
12/21	日	×	[場所] 牧の原公園(コスモスの丘) 10:00～10:45	12/21	日	○	[場所] 八千代総合グラウンド広場 11:45～12:30	12/21	日	○	[場所] 中台グラウンド(専用) 14:00～14:45	12/11	木	[場所] 西園スズバ広場 17:30～20:30	専門トレ (スピード)
12/24	水		クリスマス会♡ NSCクリスマスパーティー♣ [場所] SAKU LOUNGE 12:30～15:30	12/24	水		クリスマス会♡ NSCクリスマスパーティー♣ [場所] SAKU LOUNGE 12:30～15:30	12/24	水		クリスマス会♡ NSCクリスマスパーティー♣ [場所] SAKU LOUNGE 12:30～15:30	12/12	金	[場所] 近名小出陸上競技場 18:00～20:45	専門トレ
12/27	土	○	[場所] 牧の原公園(コスモスの丘) 10:00～10:45	12/27	土	○	[場所] 八千代総合グラウンド広場 11:45～12:30	12/27	土	○	[場所] 中台陸上競技場 14:00～14:45	12/13	土	[場所] 中台グラウンド(専用) 14:00～16:45	成田クラスafter 基礎・専門
12/28	日	×	[場所] 牧の原公園(コスモスの丘) 10:00～10:45	12/28	日	○	[場所] 八千代総合グラウンド広場 11:45～12:30	12/28	日	○	[場所] 公津の杜公園 14:00～14:45	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] 西園スズバ広場 17:30～20:30	専門トレ (スピード)	
日付	体験予約	印西牧の原クラス 園児～小中学生	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	日付	体験予約	成田公津の杜クラス 園児～小中学生	日付	NSC陸上クラブ/ナイタークラス(4年生～小中高対象)	プログラム				
1/4	日	○	[場所] 牧の原公園(コスモスの丘) 10:00～10:45	1/4	日	○	[場所] 八千代総合グラウンド広場 11:45～12:30	1/4	日	○	[場所] 公津の杜公園 14:00～14:45	12/19	金	[場所] 近名小出陸上競技場 18:00～20:45	専門トレ
1/10	土	×	[場所] 牧の原公園(コスモスの丘) 10:00～10:45	1/10	土	×	[場所] 八千代陸上競技場(専用) 11:30～12:15	1/10	土	○	[場所] 公津の杜公園(時間変更) 15:00～16:45	12/20	土	[場所] 中台グラウンド(専用) 14:00～16:45	成田クラスafter 基礎・専門
1/11	日	○	[場所] 牧の原公園(コスモスの丘) 10:00～10:45	1/11	日	×	[場所] 八千代総合グラウンド広場 11:45～12:30	1/11	日	○	[場所] 中台グラウンド(専用) 14:00～14:45	12/21	日	[場所] 中台グラウンド(専用) 14:00～16:45	成田クラスafter 基礎・専門
1/17	土	×	[場所] 牧の原公園(コスモスの丘) 10:00～10:45	1/17	土	○	[場所] 八千代総合グラウンド広場 11:45～12:30	1/17	土	○	[場所] 中台陸上競技場 14:00～14:45	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)
1/18	日	○	[場所] 牧の原公園(コスモスの丘) 10:00～10:45	1/18	日	×	[場所] 八千代陸上競技場(時間変更) 18:00～19:00	1/18	日	○	[場所] 公津の杜公園 14:00～14:45	12/25	木	[場所] 西園スズバ広場 17:30～20:30	専門トレ (スピード)
1/24	土	○	[場所] 牧の原公園(コスモスの丘) 10:00～10:45	1/24	土	×	[場所] 八千代総合グラウンド広場 11:45～12:30	1/24	土	○	[場所] 中台グラウンド(専用) 14:00～14:45	12/26	金	[場所] 近名小出陸上競技場 18:00～20:45	専門トレ
1/25	日	×	[場所] 牧の原公園(コスモスの丘) 10:00～10:45	1/25	日	○	[場所] 八千代総合グラウンド広場 11:45～12:30	1/25	日	○	[場所] 中台グラウンド(専用) 14:00～14:45	12/27	土	[場所] 中台陸上競技場 14:00～16:45	成田クラスafter 基礎・専門
1/31	土	○	[場所] 牧の原公園(コスモスの丘) 10:00～10:45	1/31	土	○	[場所] 八千代総合グラウンド広場 11:45～12:30	1/31	土	○	[場所] 中台グラウンド(専用) 14:00～14:45	日付	NSC陸上クラブ/ナイタークラス(4年生～小中高対象)	プログラム	
2/1	日	○	[場所] 牧の原公園(コスモスの丘) 10:00～10:45	2/1	日	○	[場所] 八千代総合グラウンド広場 11:45～12:30	2/1	日	○	[場所] 中台グラウンド(専用) 14:00～14:45	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] 西園スズバ広場 17:30～20:30	専門トレ・スピード	
											1/9	金	[場所] 近名小出陸上競技場 18:00～20:45	基礎・専門	
											1/10	土	[場所] 八千代陸上競技場(専用) 11:30～13:45	八千代クラスafter 基礎・専門	
											1/11	日	[場所] 中台グラウンド(専用) 14:00～16:45	成田クラスafter 基礎・専門	
											1/12	月祝	冬季キャンプ2026 in NARITA 中台グラウンド 9:00～17:00トレーニング 17:30～19:30夕食		
											1/15	木	[場所] 西園スズバ広場 17:30～20:30	専門トレ・スピード	
											1/16	金	[場所] 近名小出陸上競技場 18:00～20:45	基礎・専門	
											1/17	土	[場所] 中台陸上競技場 14:00～16:45	成田クラスafter 基礎・専門	
											1/18	日	[場所] 八千代陸上競技場(時間変更) 18:00～20:45	八千代クラスafter 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] 西園スズバ広場 17:30～20:30	専門トレ・スピード	
											1/23	金	[場所] 近名小出陸上競技場 18:00～20:45	基礎・専門	
											1/24	土	[場所] 中台グラウンド(専用) 14:00～16:45	成田クラスafter 基礎・専門	
											1/25	日	[場所] 中台グラウンド(専用) 14:00～16:45	成田クラスafter 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] 西園スズバ広場 17:30～20:30	専門トレ・スピード	
											1/30	金	[場所] 近名小出陸上競技場 18:00～20:45	基礎・専門	
											1/31	土	[場所] 中台グラウンド(専用) 14:00～16:45	成田クラスafter 基礎・専門	
											2/1	日	[場所] 中台グラウンド(専用) 14:00～16:45	成田クラスafter 基礎・専門	

備考  
・1月に冬季練習会幹オンラインミーティングを予定  
・2月に6年生対象(中学課程について)オンラインミーティングを予定  
・3月にシーズンについてのオンラインミーティングを予定  
2026年度スコアフォーム専用版完成予定1/15までに行方  
※トレーニングの場より冬季練習会1/15にてお知らせ