

[1 2 月 - 1 月] NSC陸上クラブ&ランニング教室 トレーニングスケジュール

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練習参加前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)※クラブ練習(ナイター)を除く
休校の方は予め予約表(○・×)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	1 2 月	体験予約	印西牧の原クラス 園児～小中学生	日付	1 2 月	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	1 2 月	体験予約	成田公津の杜クラス 園児～小中学生	日付	1 2 月	体験予約	NSC陸上クラブ(4年生～小中高対象)	プログラム
12/5	土	○	【場所】牧の原公園(コスモスの丘) 10:00～10:45	12/5	土	○	【場所】八千代総合グラウンド広場 11:45～12:30	12/5	土	○	【場所】公津の杜グラウンド広場 14:00～14:45	12/3	木		【場所】印西印旛西部公園スポーツ広場 17:30～19:30	専門トレ・スピード
12/6	日	○	【場所】牧の原公園(コスモスの丘) 10:00～10:45	12/6	日	○	【場所】八千代総合グラウンド広場 11:45～12:30	12/6	日	○	【場所】公津の杜グラウンド広場 14:00～14:45	12/4	金		【場所】若名小出陸上競技場 練習時間変更確認 ↓ ↓ TeamTF 18:00～20:45 TeamBS 18:00～19:30	基礎・専門
12/12	土	○	【場所】牧の原公園(コスモスの丘) 10:00～10:45	12/12	土	○	【場所】八千代総合グラウンド広場 11:45～12:30	12/12	土	○	【場所】公津の杜グラウンド広場 14:00～14:45	12/6	日		【場所】印西印旛西部公園スポーツ広場 15:45～17:15(日没考慮)	基礎・専門
12/13	日	○	【場所】牧の原公園(コスモスの丘) 10:00～10:45	12/13	日	○	【場所】八千代総合グラウンド広場 11:45～12:30	12/13	日	○	【場所】公津の杜グラウンド広場 14:00～14:45	12/7	月		【場所】八千代総合陸上競技場 練習時間変更確認 ↓ ↓ TeamTF 17:30～20:30 TeamBS 17:30～19:00	専門トレ (種目)
12/19	土	○	【場所】牧の原公園(コスモスの丘) 10:00～10:45	12/19	土	○	【場所】八千代総合グラウンド陸上競技場 各段受付入場 12:00～13:00	12/19	土	○	【場所】公津の杜グラウンド広場 14:00～14:45	12/10	木		【場所】印西印旛西部公園スポーツ広場 17:30～19:30	専門トレ・スピード
12/20	日	○	【場所】牧の原公園(コスモスの丘) 10:00～10:45	12/20	日	○	【場所】八千代総合グラウンド広場 11:45～12:30	12/20	日	○	【場所】公津の杜グラウンド広場 14:00～14:45	12/11	金		【場所】若名小出陸上競技場 練習時間変更確認 ↓ ↓ TeamTF 18:00～20:45 TeamBS 18:00～19:30	基礎・専門
12/24	木		NSCクリスマス会2026 🎅🎁 ユーガリが丘イオンタウン特別大ホール 詳細は1か月前にお知らせ	12/24	木		NSCクリスマス会2026 🎅🎁 ユーガリが丘イオンタウン特別大ホール 詳細は1か月前にお知らせ	12/24	木		NSCクリスマス会2026 🎅🎁 ユーガリが丘イオンタウン特別大ホール 詳細は1か月前にお知らせ	12/13	日		江東区ロードレース @長距離ブロック	
12/26	土	○	【場所】牧の原公園(コスモスの丘) 10:00～10:45	12/26	土	○	【場所】八千代総合グラウンド広場 11:45～12:30	12/26	土	○	【場所】成田重兵衛中台陸上競技場 14:00～15:00	12/20	日		【場所】印西印旛西部公園スポーツ広場 15:45～17:15(日没考慮)	基礎・専門
12/27～1/3年末年始休暇				12/27～1/3年末年始休暇				12/27～1/3年末年始休暇				12/14	月		【場所】八千代総合陸上競技場 練習時間変更確認 ↓ ↓ TeamTF 17:30～20:30 TeamBS 17:30～19:00	専門トレ (種目)
日付	1 月	体験予約	印西牧の原クラス 園児～小中学生	日付	1 月	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	1 月	体験予約	成田公津の杜クラス 園児～小中学生	12/17	木		【場所】印西印旛西部公園スポーツ広場 17:30～19:30	専門トレ・スピード
1/9	土	○	【場所】牧の原公園(コスモスの丘) 10:00～10:45	1/9	土	○	【場所】八千代総合グラウンド広場 11:45～12:30	1/9	土	○	【場所】公津の杜グラウンド広場 14:00～14:45	12/18	金		【場所】若名小出陸上競技場 練習時間変更確認 ↓ ↓ TeamTF 18:00～20:45 TeamBS 18:00～19:30	基礎・専門
1/10	日	○	【場所】牧の原公園(コスモスの丘) 10:00～10:45	1/10	日	○	【場所】八千代総合グラウンド広場 11:45～12:30	1/10	日	○	【場所】公津の杜グラウンド広場 14:00～14:45	12/20	日		【場所】印西印旛西部公園スポーツ広場 15:45～17:15(日没考慮)	基礎・専門
1/16	土	○	【場所】牧の原公園(コスモスの丘) 10:00～10:45	1/16	土	○	【場所】八千代総合グラウンド広場 11:45～12:30	1/16	土	○	【場所】公津の杜グラウンド広場 14:00～14:45	12/21	月		【場所】八千代総合陸上競技場 練習時間変更確認 ↓ ↓ TeamTF 17:30～20:30 TeamBS 17:30～19:00	専門トレ (種目)
1/17	日	○	【場所】牧の原公園(コスモスの丘) 10:00～10:45	1/17	日	○	【場所】八千代総合グラウンド広場 11:45～12:30	1/17	日	○	【場所】公津の杜グラウンド広場 14:00～14:45	12/24	木		NSCクリスマス会2026 🎅🎁 ユーガリが丘イオンタウン特別大ホール 詳細は1か月前にお知らせ	
1/23	土	○	【場所】牧の原公園(コスモスの丘) 10:00～10:45	1/23	土	○	【場所】八千代総合グラウンド広場 11:45～12:30	1/23	土	○	【場所】公津の杜グラウンド広場 14:00～14:45	12/25	金		【場所】若名小出陸上競技場 練習時間変更確認 ↓ ↓ TeamTF 18:00～20:45 TeamBS 18:00～19:30	基礎・専門
1/24	日	○	【場所】牧の原公園(コスモスの丘) 10:00～10:45	1/24	日	○	【場所】八千代総合グラウンド広場 11:45～12:30	1/24	日	○	【場所】公津の杜グラウンド広場 14:00～14:45	12/26	土		【場所】成田重兵衛中台陸上競技場 14:00～16:45	成田クラスafter 基礎・専門
1/30	土	○	【場所】牧の原公園(コスモスの丘) 10:00～10:45	1/30	土	○	【場所】八千代総合グラウンド広場 11:45～12:30	1/30	土	○	【場所】公津の杜グラウンド広場 14:00～14:45	12/27～1/3 年末年始休暇				
1/31	日		第15回中学・小学NSCクラブ陸上競技大会(仮) 【場所】白井運動公園陸上競技場(貸切) 13:00～15:30 ※小学3年生以上の選手がクラブチーム所属の選手を対象です	1/31	日		第15回中学・小学NSCクラブ陸上競技大会(仮) 【場所】白井運動公園陸上競技場(貸切) 13:00～15:30 ※小学3年生以上の選手がクラブチーム所属の選手を対象です	1/31	日		第15回中学・小学NSCクラブ陸上競技大会(仮) 【場所】白井運動公園陸上競技場(貸切) 13:00～15:30 ※小学3年生以上の選手がクラブチーム所属の選手を対象です	12/27～1/3 年末年始休暇				
●REST日程(お休み&その他一覧) 12/27～1/3 年末年始休暇 その他天候条件などにより急遽変更などある際は会員向け公式LINEでお知らせ致します ●行事日程(イベント一覧) 1 2 月中旬～25→NSCクリスマス会2026※詳細は会員向け公式LINEでご確認ください 1/31(日)→第15回中学・小学NSCクラブ陸上競技大会in白井 詳細決まりましたら会員向け公式LINEにてお知らせ致します ※小学3年生以上&クラブチーム所属の選手が対象です																

日付	1 月	NSC陸上クラブ(4年生～小中高対象)	プログラム
1/4	月	【場所】八千代総合陸上競技場 練習時間変更確認 ↓ ↓ TeamTF 17:30～20:30 TeamBS 17:30～19:00	専門トレ (種目)
1/7	木	【場所】印西印旛西部公園スポーツ広場 17:30～19:30	専門トレ・スピード
1/8	金	【場所】若名小出陸上競技場 練習時間変更確認 ↓ ↓ TeamTF 18:00～20:45 TeamBS 18:00～19:30	基礎・専門
1/10	日	【場所】印西印旛西部公園スポーツ広場 15:45～17:15(日没考慮)	基礎・専門
1/11	月祝	(仮) ウィンターキャンプin成田(TF) 9:30～19:15 持ち物:昼食、筆記用具、タオル、雨具、防寒着など ※対象はTFチームとのみです	
1/14	木	【場所】印西印旛西部公園スポーツ広場 17:30～19:30	専門トレ・スピード
1/15	金	【場所】若名小出陸上競技場 練習時間変更確認 ↓ ↓ TeamTF 18:00～20:45 TeamBS 18:00～19:30	基礎・専門
1/17	日	【場所】印西印旛西部公園スポーツ広場 15:45～17:15(日没考慮)	基礎・専門
1/18	月	【場所】八千代総合陸上競技場 練習時間変更確認 ↓ ↓ TeamTF 17:30～20:30 TeamBS 17:30～19:00	専門トレ (種目)
1/21	木	【場所】印西印旛西部公園スポーツ広場 17:30～19:30	専門トレ・スピード
1/22	金	【場所】若名小出陸上競技場 練習時間変更確認 ↓ ↓ TeamTF 18:00～20:45 TeamBS 18:00～19:30	基礎・専門
1/24	日	【場所】印西印旛西部公園スポーツ広場 15:45～17:15(日没考慮)	基礎・専門
1/24	日	6年生選手対象オンライン 中学クラブチーム連絡会 19:30～20:00 9/4、4/11、9/14、1/24	
1/25	月	【場所】八千代総合陸上競技場 練習時間変更確認 ↓ ↓ TeamTF 17:30～20:30 TeamBS 17:30～19:00	専門トレ (種目)
1/28	木	【場所】印西印旛西部公園スポーツ広場 17:30～19:30	専門トレ・スピード
1/29	金	【場所】若名小出陸上競技場 練習時間変更確認 ↓ ↓ TeamTF 18:00～20:45 TeamBS 18:00～19:30	基礎・専門
1/31	日	第15回中学・小学NSCクラブ陸上競技大会(仮) 【場所】白井運動公園陸上競技場(貸切) 13:00～15:30 ※小学3年生以上の選手がクラブチーム所属の選手を対象です	

新年会ユニフォーム合わせ→陸上選手ユニフォーム着用
オンライン説明会→6年生対象、中学入学者の陸上競技活動についての案内などがあり、練習スケジュールは必ずご確認ください。変更等あり得るのをご理解の上、予めお知らせ致します。
おのれホームページにスケジュールの詳細が掲載されます