



K+RunningClub 2017年度 上半期予定 (2017年4月~2017年9月)

4月			5月			6月			7月			8月			9月		
1日	土		1日	月		1日	木		1日	土		1日	火		1日	金	
2日	日		2日	火		2日	金		2日	日		2日	水		2日	土	
3日	月		3日	水		3日	土		3日	月		3日	木		3日	日	
4日	火		4日	木		4日	日		4日	火		4日	金		4日	月	
5日	水		5日	金		5日	月		5日	水		5日	土		5日	火	
6日	木		6日	土		6日	火		6日	木		6日	日		6日	水	
7日	金		7日	日		7日	水		7日	金		7日	月		7日	木	
8日	土		8日	月		8日	木		8日	土		8日	火		8日	金	
9日	日		9日	火		9日	金		9日	日		9日	水		9日	土	
10日	月		10日	水		10日	土		10日	月		10日	木		10日	日	
11日	火		11日	木		11日	日		11日	火		11日	金		11日	月	
12日	水		12日	金		12日	月		12日	水		12日	土		12日	火	
13日	木		13日	土		13日	火		13日	木		13日	日		13日	水	
14日	金		14日	日		14日	水		14日	金		14日	月		14日	木	
15日	土		15日	月		15日	木		15日	土		15日	火		15日	金	
16日	日		16日	火		16日	金		16日	日		16日	水		16日	土	
17日	月		17日	水		17日	土		17日	月		17日	木		17日	日	
18日	火		18日	木		18日	日		18日	火		18日	金		18日	月	
19日	水		19日	金		19日	月		19日	水		19日	土		19日	火	
20日	木		20日	土		20日	火		20日	木		20日	日		20日	水	
21日	金		21日	日		21日	水		21日	金		21日	月		21日	木	
22日	土		22日	月		22日	木		22日	土		22日	火		22日	金	
23日	日		23日	火		23日	金		23日	日		23日	水		23日	土	
24日	月		24日	水		24日	土		24日	月		24日	木		24日	日	
25日	火		25日	木		25日	日		25日	火		25日	金		25日	月	
26日	水		26日	金		26日	月		26日	水		26日	土		26日	火	
27日	木		27日	土		27日	火		27日	木		27日	日		27日	水	
28日	金		28日	日		28日	水		28日	金		28日	月		28日	木	
29日	土		29日	月		29日	木		29日	土		29日	火		29日	金	
30日	日		30日	火		30日	金		30日	日		30日	水		30日	土	
			31日	水					31日	月		31日	木				

長距離プログラム …   
(火曜日)

長距離 (中学生) プログラム … 17:45~19:15  
長距離 (一般) プログラム … 19:30~21:00

短距離プログラム …   
(金曜日)

短距離 (小学生低学年) プログラム … 17:00~18:00  
短距離 (小学生高学年) プログラム … 17:00~18:00  
短距離プログラム … 18:15~19:30