

# S.A.N AC 陸上練習予定表

2023  
日

1月  
月

火

水

木

金

土

1 年始休業	2 年始休業	3 年始休業	4 高学年 AC 川口 9:00~11:00 ※AC 育成はお休み (18:00~20:00)	5 AC 大人 川口 10:00~12:00 AC 育成 栗原 18:00~20:00	6	7 AC 低学年 真鍋 9:00~11:00 AC 高学年 さくら 13:30~16:00 AC 高学年 川口 13:30~16:00
8 AC 低学年 さくら 9:00~11:00 AC 高学年 さくら 13:30~16:00 AC 高学年 川口 13:30~16:00	9	10 AC 育成 栗原 18:00~20:00	11 AC 育成 さくら 18:00~20:00	12 AC 大人 川口 10:00~12:00 AC 育成 さくら 18:00~20:00	13	14 AC 低学年 真鍋 9:00~11:00 AC 高学年 さくら 13:30~16:00 AC 高学年 川口 13:30~16:00
15 AC 低学年 真鍋 9:00~11:00 砂浜練習詳細は追って連絡	16	17 AC 育成 栗原 18:00~20:00	18 AC 育成 さくら 18:00~20:00	19 AC 大人 川口 10:00~12:00 AC 育成 さくら 18:00~20:00	20	21 AC 低学年 真鍋 9:00~11:00 AC 高学年 さくら 13:30~16:00
22 AC 中学合同練習会 8:00~12:30 AC 低学年高学年合同 川口 13:30~16:00	23	24 AC 育成 栗原 18:00~20:00	25 AC 育成 さくら 18:00~20:00	26 AC 大人 川口 10:00~12:00 AC 育成 さくら 18:00~20:00	27	28 AC 低学年 真鍋 9:00~11:00 AC 高学年 川口 13:30~16:00 中学強化練 笠松 8:00~13:00
29 AC 低学年 真鍋 9:00~11:00 AC 高学年 さくら 13:30~16:00	30	31 AC 育成 栗原 18:00~20:00				

## 学年分け区分

低学年	1~4年生
高学年	5年生~大人

以下の点に関しましては日本スポーツアカデミーの最新情報『12月のコース変更・中止のお知らせ』をご確認ください

- ・練習場所が急遽変更になる場合
- ・練習時間が急遽変更になる場合
- ・練習が中止になる場合

※AC会員様には、上記の連絡に関しましてはビクロでもお知らせ致します。  
※AC会員様以外の方は、HPの最新情報よりご確認ください。

その他、注意事項

- ・1月5日のAC 大人のコースは高学年は参加可。110円持参。
- ・1月15日の砂浜練習の詳細は追って連絡します。
- ・1月28日の強化練習会は中学生は原則全員参加とします。指定選手以外は500円持参。

ご不明な点がございましたらお気軽にお問い合わせください。よろしくお願い致します！

随時、無料体験・見学を募集しております。ぜひお越しください！