

令和 7年 7月 ランニングコース 予定表

※ 大会利用等がある場合はご利用いただけません。

※ トレーニング室のご利用が必要です。

今月は左回り**※予定は変更することがあります。必ず確認の上、ご来場ください。**

日	曜日	午前	午後1	午後2	夜間
		10:00~12:00	12:00~15:00	15:00~18:00	18:00~21:00
1	火	○	○	○	×
2	水	×	○	×	○
3	木	○	○	○	○
4	金	○	○	×	○
5	土	×	×	×	×
6	日	×	×	×	
7	月				
8	火	×	×	×	×
9	水	×	×	×	○
10	木	○	○	×	×
11	金	○	×	○	○
12	土	×	×	×	×
13	日	×	×	×	×
14	月				
15	火	○	×	×	×
16	水	×	○	○	×
17	木	○	○	○	○
18	金	○	×	×	×
19	土	×	×	×	×
20	日	×	×	×	
21	月	×	×	×	
22	火	×	×	×	×
23	水	×	×	×	×
24	木	×	×	×	×
25	金	○	○	○	○
26	土	×	×	×	×
27	日	×	×	×	×
28	月				
29	火	×	×	×	×
30	水	×	×	×	×
31	木	○	×	○	○