



# 12

【2025年12月】

## UACAスケジュール表

### 【お知らせ】

✓ 場所や時間の変更、練習中止の場合は、  
当日昼頃までにご連絡します。

✓ 12月6日(土)の練習会に関しまして、11月  
26日(水)にセミアスリートコースにご加入の方へお知らせします。

✓ 12月27日(土)の強化練習会に関しまして、  
セミアスリートコース・アスリートコース  
にご加入の方へ11月27日(木)にお知らせします。

✓ 12月28日(土)のUACA練習会特別Ver.に関  
しまして、12月1日(月)にお知らせします。  
※全コースどなたでも参加可能  
※2025m(100m×20本+25m×1本)  
無理なく走ります。

注意) ※開催場所をご確認願います。

- ・カクヒロスタジアム(青森市宮田)
- ・カクヒロスーパーアリーナ(青森市浦町)
- ・安田競技場(青森市安田美術館近く)

✓ 1月の予定は12月16日頃までにお知らせします。

月	火	水	木	金	土	日
1 【セミアスリートコース(月)】 16:30~18:00 大野小学校体育館 ----- 【アスリートコース(月)】 19:00~21:00 カクヒロスタジアム(室内)	2 【エンジョイコース(火)】 16:30~17:30 古川小学校体育館	3 【エンジョイコース(水)】 16:30~17:30 大野小学校体育館 ----- 【アスリートコース(水)】 19:00~21:00 カクヒロスタジアム(室内)	4 【セミアスリートコース(木)】 16:30~18:00 古川小学校体育館	5 【エンジョイコース(金)】 16:30~17:30 古川小学校体育館	6 セミアスリートコース 交流会 14:00~17:00 カクヒロスタジアム(室内)	7
8 【セミアスリートコース(月)】 16:30~18:00 大野小学校体育館 ----- 【アスリートコース(月)】 19:00~21:00 カクヒロスタジアム(室内)	9 【エンジョイコース(火)】 16:30~17:30 古川小学校体育館	10 【エンジョイコース(水)】 16:30~17:30 大野小学校体育館 ----- 【アスリートコース(水)】 19:00~21:00 カクヒロスタジアム(室内)	11 【セミアスリートコース(木)】 16:30~18:00 古川小学校体育館	12 【エンジョイコース(金)】 16:30~17:30 古川小学校体育館	13	14
15 【セミアスリートコース(月)】 16:30~18:00 大野小学校体育館 ----- 【アスリートコース(月)】 19:00~21:00 カクヒロスタジアム(室内)	16 【エンジョイコース(火)】 16:30~17:30 古川小学校体育館	17 【エンジョイコース(水)】 16:30~17:30 大野小学校体育館	18 【セミアスリートコース(木)】 16:30~18:00 古川小学校体育館	19 【エンジョイコース(金)】 16:30~17:30 古川小学校体育館 ----- 【アスリートコース(水)】 19:00~21:00 カクヒロスタジアム(室内)	20	21
22 【セミアスリートコース(月)】 16:30~18:00 大野小学校体育館 ----- 【アスリートコース(月)】 19:00~21:00 カクヒロスタジアム(室内)	23 【エンジョイコース(火)】 16:30~17:30 古川小学校体育館	24 【エンジョイコース(水)】 16:30~17:30 大野小学校体育館 ----- 【アスリートコース(水)】 19:00~21:00 カクヒロスタジアム(室内)	25 【セミアスリートコース(木)】 16:30~18:00 古川小学校体育館	26 【エンジョイコース(金)】 16:30~17:30 古川小学校体育館	27 UACAスプリントキャンプ2025 カクヒロスタジアム(室内)	28 UACA練習会 年末特別Ver. カクヒロスタジアム(室内) 13:00~17:00(予定)
29	30	31	年末年始に伴う休業期間 2025年12月29日～2026年1月3日 ※連絡等返信不可 ※2026年1月4日は「UACA練習会2026年走り始め」を実施します			

2025年12月15日現在