

トレーニングルーム日程表 ~7月~

日	月	火	水	木	金	土					
トレーニングルームの営業時間 9時15分から22時まで 最終受付は21時まで						1					
						講習会のため 利用不可 19:15~22:00					
2	16:00~18:00 インストラクター フィットネス カウンセリング	3	4	10:00~12:00 インストラクター フィットネス カウンセリング	5	レディースタイム 9:15~12:00 19:00~22:00 インストラクター 体成分測定 10:00~12:00	6	9:20~10:50 インストラクター 体成分測定	7	8	10:00~12:00 インストラクター フィットネス カウンセリング
9	10	11	10:00~12:00 インストラクター フィットネス カウンセリング	12	レディースタイム 9:15~12:00 19:00~22:00 インストラクター フィットネス カウンセリング 10:00~12:00	13	14	講習会のため 利用不可 19:15~22:00	15		
16	10:00~12:00 インストラクター フィットネス カウンセリング	17	10:00~12:00 インストラクター 体成分測定	18	19	休館日	20	9:20~10:50 インストラクター 体成分測定	21	10:00~12:00 インストラクター フィットネス カウンセリング	22
23	講習会のため 利用不可 9:45~12:00	24	10:00~12:00 インストラクター フィットネス カウンセリング	25	26	レディースタイム 9:15~12:00 19:00~22:00 インストラクター 体成分測定 10:00~12:00	27	9:20~10:30 インストラクター 体成分測定	28	29	10:00~12:00 インストラクター フィットネス カウンセリング
30	31	18:00~20:00 インストラクター フィットネス カウンセリング	◎ 7/1(土) 19:15~22:00 7/14(金) 19:15~22:00 7/23(日) 9:45~12:00は トレーニングルーム使用講習会開催のため利用できません。 ◎ 7/5(水)、7/12(水)、7/26(水) レディースタイムのため、 男性会員様は12時~19時迄のご利用時間となります。								