

トレーニングルーム日程表 ~3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	2 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
3	4 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	5 10:00~12:00 インストラクター 体成分測定	6 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	7 9:20~10:50 インストラクター 体成分測定	8 講習会のため 利用不可 19:15~22:00	9
10 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	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	13 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	14	15 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	16
17 講習会のため 利用不可 9:45~12:00	18	19	20 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	21 9:20~10:50 インストラクター 体成分測定	22	23 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 講習会のため 利用不可 19:15~22:00
24 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	25	26 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	27 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	28 9:20~10:30 インストラクター 体成分測定	29	30
31	◎ 3/8 (金) 19:15~22:00 3/17 (日) 9:45~12:00 3/23 (土) 19:15~22:00 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。 ◎ 3/6 (水)、3/13 (水)、3/20 (水)、3/27 (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。					