

トレーニングルーム日程表 ~5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	3	4
			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		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	6	7	8	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	講習会のため 利用不可 19:15~22:00	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	9:20~10:50 インストラクター 体成分測定		
12	13	14	15	16	17	18
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	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		休館日	10:00~12:00 インストラクター 体成分測定		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
19	20	21	22	23	24	25
講習会のため 利用不可 9:45~12:00		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	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	9:20~10:50 インストラクター 体成分測定	講習会のため 利用不可 19:15~22:00	
26	27	28	29	30	31	
		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	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	9:20~10:30 インストラクター 体成分測定	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	
◎ 5/7(火) 19:15~22:00 5/19(日) 9:45~12:00 5/24(金) 19:15~22:00 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。 ◎ 5/1(水)、5/8(水)、5/22(水)、5/29(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。						