

トレーニングルーム日程表 ~7月~

日	月	火	水	木	金	土
	1 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	2	3 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	4 9:20~10:50 インストラクター 体成分測定	5 講習会のため 利用不可 19:15~22:00	6 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
7	8	9 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 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	11 9:20~10:50 インストラクター 体成分測定	12 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	13
14 講習会のため 利用不可 9:45~12:00	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 休館日	18 9:20~10:30 インストラクター 体成分測定	19 10:00~12:00 インストラクター 体成分測定	20
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	24 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	25	26	27 講習会のため 利用不可 19:15~22:00
28 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	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 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	<div style="border: 1px solid red; padding: 5px; text-align: center;"> 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 </div>		
<p>◎ 7/5(金) 19:15~22:00 7/14(日) 9:45~12:00 7/27(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。</p> <p>◎ 7/3(水)、7/10(水)、7/24(水)、7/31(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。</p>						