

トレーニングルーム日程表 ~4月~

日	月	火	水	木	金	土
		1	2 レディースタイム 9:15~12:00 インストラクター 体成分測定 10:00~12:00	3 9:20~10:50 インストラクター 体成分測定	4	5 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
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 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	8	9 レディースタイム 9:15~12:00 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	10 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	11 講習会のため 利用不可 19:15~22:00	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	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 休館日	17 9:20~10:50 インストラクター 体成分測定	18 18:00~19:50 インストラクター 体成分測定	19
20 講習会のため 利用不可 9:45~12:00	21	22	23 レディースタイム 9:15~12:00 インストラクター 体成分測定 10:00~12:00	24 9:20~10:30 インストラクター 体成分測定	25 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	26
27 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	28 講習会のため 利用不可 19:15~22:00	29	30 レディースタイム 9:15~12:00 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	<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>		
		◎ 4/11(金) 19:15~22:00 4/20(日) 9:45~12:00 4/28(月) 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。 ◎ 4/2(水)、4/9(水)、4/23(水)、4/30(水) レディースタイムのため、 男性会員様は12時以降のご利用時間となります。				