

トレーニングルーム日程表 ～9月～

日	月	火	水	木	金	土
1 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	2	3 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	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	5 9:20～10:50 インストラクター 体成分測定	6 講習会のため 利用不可 19:15～22:00	7 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
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	11 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	12 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	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	17 講習会のため 利用不可 19:15～22:00	18 休館日	19 9:20～10:50 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 体成分測定
22	23	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 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	26 9:20～10:30 インストラクター 体成分測定	27 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	28
29 講習会のため 利用不可 9:45～12:00	30 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	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				
◎ 9/6（金）19:15～22:00 9/17（火）19:15～22:00 9/29（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。 ◎ 9/4（水）、9/11（水）、9/25（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。						