

# トレーニングルーム日程表 ~10月~

日	月	火	水	木	金	土
<b>トレーニングルームの営業時間</b> 9時15分から22時まで 最終受付は21時まで			<b>1</b> 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	<b>2</b> 9:20~10:50 インストラクター 体成分測定	<b>3</b> 講習会のため 利用不可 19:15~22:00	<b>4</b> 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
<b>5</b> 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	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b> 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	<b>9</b>	<b>10</b> 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	<b>11</b> 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
<b>12</b> 講習会のため 利用不可 9:45~12:00	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b> <b>休館日</b>	<b>16</b> 9:20~10:50 インストラクター 体成分測定	<b>17</b> 18:00~19:50 インストラクター 体成分測定	<b>18</b>
<b>19</b> 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	<b>20</b> 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	<b>21</b>	<b>22</b> 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	<b>23</b> 9:20~10:30 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	<b>24</b>	<b>25</b>
<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b> 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	<b>29</b> 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	<b>30</b>	<b>31</b> 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	
◎10/3(金) 19:15~22:00 10/12(日) 9:45~12:00 10/23(木) 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。 ◎10/1(水)、10/8(水)、10/22(水)、10/29(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。						