トレーニングルーム日程表 ~11月~

B		月		火		水		木		金		±		
トレーニングルームの営業9時15分から22時まで				で	間							1		
□ 最終受付は21時まで				₹ -										
2		3		4		5	レディースタイム	6	9:20~10:50	7	10:00~12:00	8		
2	9時15分から 19時まで	3		4		5	9:15~12:00 インストラクター	0	インストラクター		インストラクター			
	臨時休業						体成分測定 10:00~12:00		体成分測定		フィットネス カウンセリング			
9	講習会のため 利用不可 9:45~12:00	10	18:00~20:00 インストラクター	11	10:00~12:00 インストラクター	12	レディースタイム 9:15~12:00 インストラクター	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		フィットネス カウンセリング		フィットネス カウンセリング 10:00~12:00				講習会のため 利用不可 19:15~22:00		フィットネス カウンセリング	
16	10:00~12:00	17		18		19		20	9:20~10:50	21	18:00~19:50	22		
10	インストラクター	1 /			19	休館日	20	インストラクター	21	インストラクター	22			
	フィットネス カウンセリング						AL RE LI		体成分測定		体成分測定		講習会のため 利用不可 19:15~22:00	
23	10:00~12:00	24		25	18:00~20:00	26	レディースタイム 9:15~12:00 インストラクター	27	9:20~10:30	28	10:00~12:00	20	10:00~12:00	
23	インストラクター	24		25	インストラクター				インストラクター		インストラクター	29	インストラクター	
	フィットネス カウンセリング				フィットネス カウンセリング		体成分測定 10:00~12:00		体成分測定		フィットネス カウンセリング		フィットネス カウンセリング	
30		 ◎ 11月2日(日)たなフェス開催により9時15分から19時まで臨時休業します。 ◎ 11/9(日)9:45~12:00 11/14(金)19:15~22:00 11/22(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。 ◎ 11/5(水)、11/12(水)、11/26(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。 												