

トレーニングルーム日程表 ～11月～

日	月	火	水	木	金	土
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						1
2 9時15分から 19時まで 臨時休業	3	4	5 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	6 9:20～10:50 インストラクター 体成分測定	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 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 フィットネス カウンセリング	11 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	12 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	13	14 講習会のため 利用不可 19:15～22:00	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 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	18	19 休館日	20 9:20～10:50 インストラクター 体成分測定	21 18:00～19:50 インストラクター 体成分測定	22 講習会のため 利用不可 19:15～22:00
23 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	24	25 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	26 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	27 9:20～10:30 インストラクター 体成分測定	28 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	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	◎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。					