

トレーニングルーム日程表 ~3月~

日	月	火	水	木	金	土
1		2	3 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	4 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	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
8 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	9	10	11 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	12	13 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	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	17	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 フィットネス カウンセリング
22	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 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 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 18:00~19:50 インストラクター 体成分測定	28
29 講習会のため 利用不可 9:45~12:00	30 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	31 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
			◎ 3/6 (金) 19:15~22:00 3/14 (土) 19:15~22:00 3/29 (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。 ◎ 3/4 (水)、3/11 (水)、3/25 (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。			