

トレーニンググループ日程表 ～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	7
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。				