

トレーニングルーム日程表 ~2月~

日	月	火	水	木	金	土
1 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	2 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	3 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	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	7
8	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 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
15	16	17 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	18 休館日	19 9:20~10:50 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	20 18:00~19:50 インストラクター 体成分測定	21
22 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	23 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	24	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 講習会のため 利用不可 19:15~22:00	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
						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
						◎ 2/19(木) 19:15~22:00 2/27(金) 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。 ◎ 2/4(水)、2/11(水)、2/25(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。