

トレーニングルーム日程表 ~10月~

日	月	火	水	木	金	土
トレーニングルームの営業時間 10月8日まで 9時15分から19時まで 最終受付は18時まで			10月9日以降 9時15分から22時まで 最終受付は21時まで		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	
利用人数は20名まで						
3	4	5	6	7	8	9
10:00~12:00 インストラクター 体成分測定			レディースタイム 9:15~12:00 19:00~22:00 インストラクター 体成分測定 10:00~12:00	9:20~10:50 インストラクター 体成分測定		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
10	11	12	13	14	15	16
			レディースタイム 9:15~12:00 19:00~22:00 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	講習会のため 利用不可 19:15~22:00	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	16:00~18:00 インストラクター フィットネス カウンセリング
17	18	19	20	21	22	23
	18:00~20:00 インストラクター 体成分測定	10:00~12:00 インストラクター 体成分測定	休館日		9:20~10:50 インストラクター 体成分測定	
24	25	26	27	28	29	30
講習会のため 利用不可 9:45~12:00		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	レディースタイム 9:15~12:00 19:00~22:00 インストラクター 体成分測定 10:00~12:00	9:20~10:30 インストラクター 体成分測定		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
31	◎ 10/14(木) 19:15~22:00 10/24(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。 ◎ 10/6(水)、10/13(水)、10/27(水) レディースタイムのため、 男性会員様は12時~19時迄のご利用時間となります。					