

トレーニングルーム日程表 ～12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 9:20～10:50 インストラクター 体成分測定	2 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	3 講習会のため 利用不可 19:15～22:00
4 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	5	6 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	7 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	8 9:20～10:50 インストラクター 体成分測定	9 10:00～12:00 インストラクター 体成分測定	10
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 18:00～20:00 インストラクター 体成分測定	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 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	15 9:20～10:30 インストラクター 体成分測定	16 講習会のため 利用不可 19:15～22:00	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	19	20	21 休館日	22 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	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 講習会のため 利用不可 9:45～12:00	26	27 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	28 休館日	29 休館日	30 休館日	31 休館日
利用人数は20名まで		◎ 12/3（土）19:15～22:00 12/16（金）19:15～22:00 12/25（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。 ◎ 12/7（水）、12/14（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。				