

4月予定表

トレーニングルーム

日	曜日	午前		午後		夜間		
		マシンエリア	フリーウェイト エリア	マシンエリア	フリーウェイト エリア	マシンエリア	フリーウェイト エリア	
1	月	一般公開						
2	火	施設整備（器具点検）				一般公開		
3	水	一般公開						
4	木	一般公開						
5	金	一般公開						
6	土	一般公開						
7	日	一般公開						
8	月	一般公開						
9	火	一般公開						
10	水	一般公開						
11	木	一般公開						
12	金	一般公開						
13	土	一般公開	専用使用	一般公開				
14	日	一般公開						
15	月	一般公開						
16	火	一般公開						
17	水	一般公開						
18	木	一般公開						
19	金	一般公開						
20	土	一般公開						
21	日	一般公開						
22	月	一般公開						
23	火	一般公開						
24	水	一般公開						
25	木	一般公開						
26	金	一般公開						
27	土	一般公開						
28	日	一般公開						
29	月	一般公開						
30	火	一般公開						

※専用使用は、午前 9:00~12:00 ・ 午後 13:00~16:30 ・ 夜間 17:30~21:00
 午前午後 9:00~16:30 ・ 午後夜間 13:00~21:00 ・ 全日 9:00~21:00

※トレーニング内は、土足厳禁です。 必ず、室内用運動靴に履き替えてからご使用下さい（クロックス不可）

2024/4/18 現在