

4月予定表

トレーニングルーム

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

2025/2/20 現在