

4月予定表

トレーニングルーム								
日	曜日	午前		午後		夜間		
区分		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	水	一般公開						
2	木	施設整備				16:30~	一般公開	
3	金	一般公開						
4	土	一般公開						
5	日	一般公開						
6	月	一般公開						
7	火	一般公開						
8	水	一般公開						
9	木	一般公開						
10	金	一般公開						
11	土	一般公開						
12	日	一般公開						
13	月	一般公開						
14	火	一般公開						
15	水	一般公開						
16	木	一般公開						
17	金	一般公開						
18	土	一般公開						
19	日	一般公開						
20	月	一般公開						
21	火	一般公開						
22	水	一般公開						
23	木	一般公開						
24	金	一般公開						
25	土	一般公開						
26	日	一般公開						
27	月	一般公開						
28	火	一般公開						
29	水	一般公開						
30	木	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)

2026/3/15 現在