

## 5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	金	一般公開						
2	土	一般公開						
3	日	一般公開						
4	月	一般公開						
5	火	一般公開						
6	水	一般公開						
7	木	一般公開						
8	金	施設整備				16:30~	一般公開	
9	土	四日市市スポーツ協会 総合開会式			一般公開			
10	日	一般公開						
11	月	一般公開						
12	火	一般公開						
13	水	一般公開						
14	木	一般公開						
15	金	一般公開						
16	土	一般公開						
17	日	一般公開						
18	月	一般公開						
19	火	一般公開						
20	水	一般公開						
21	木	一般公開						
22	金	一般公開						
23	土	一般公開						
24	日	一般公開						
25	月	一般公開						
26	火	一般公開						
27	水	一般公開						
28	木	一般公開						
29	金	一般公開						
30	土	一般公開						
31	日	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