

### 3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	土	一般公開						
2	日	一般公開						
3	月	一般公開						
4	火	一般公開						
5	水	施設整備（器具点検）				一般公開		
6	木	一般公開						
7	金	一般公開						
8	土	一般公開						
9	日	一般公開						
10	月	一般公開						
11	火	一般公開						
12	水	一般公開						
13	木	一般公開						
14	金	一般公開						
15	土	一般公開						
16	日	一般公開						
17	月	一般公開						
18	火	一般公開						
19	水	一般公開						
20	木	一般公開						
21	金	一般公開						
22	土	一般公開						
23	日	一般公開						
24	月	一般公開						
25	火	一般公開						
26	水	一般公開						
27	木	一般公開						
28	金	一般公開						
29	土	一般公開						
30	日	一般公開						
31	月	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）

2025/3/15 現在