

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)

2025/3/15 現在