

2023年 9月 トレーニングルーム占用利用の時間について

以下の予定で、教室を開催します。この時間帯には、一般のお客様はご利用になれません。ご理解のほど宜しくお願いいたします。

※コロナウイルス感染症対策のため、利用に制限がかかる場合もありますので、ご理解ください。

日	月	火	水	木	金	土
27	28	29	30	31	1	2 高齢者体カアップ教室(10:00~11:30)
3	4 高齢者体カアップ教室(10:00~11:30)	5 休館日	6 高齢者体カアップ教室(10:00~11:30)	7 高齢者体カアップ教室(10:00~11:30)	8 シニアのためのマシントレーニングA(9:15~10:30) シニアのためのマシントレーニングB(10:45~12:00)	9 高齢者体カアップ教室(10:00~11:30)
10	11	12 休館日	13	14	15 シニアのためのマシントレーニングA(9:15~10:30) シニアのためのマシントレーニングB(10:45~12:00)	16
17	18 高齢者体カアップ教室(10:00~11:30) 高齢者体カアップ教室(14:00~15:30)	19 休館日	20 休館日	21 高齢者体カアップ教室(10:00~11:30) 高齢者体カアップ教室(14:00~15:30)	22 シニアのためのマシントレーニングA(9:15~10:30) シニアのためのマシントレーニングB(10:45~12:00)	23 高齢者体カアップ教室(10:00~11:30)
24	25 休館日	26 休館日	27 高齢者体カアップ教室(10:00~11:30)	28 高齢者体カアップ教室(10:00~11:30) 高齢者体カアップ教室(14:00~15:30)	29 シニアのためのマシントレーニングA(9:15~10:30) シニアのためのマシントレーニングB(10:45~12:00)	30 高齢者体カアップ教室(10:00~11:30)