

# 2023年 1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
①休館日	②休館日	3休館日	4	5 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)	6	7
8	⑨ 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)	10休館日	11	12 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)	13 シニアのためのマシントレー ニングA(9:00～10:15)  シニアのためのマシントレー ニングB(10:45～12:00)	14
15	16 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)	17休館日	18	19 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)	20 シニアのためのマシントレー ニングA(9:00～10:15)  シニアのためのマシントレー ニングB(10:45～12:00)	21
22	23 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)	24休館日	25	26 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)	27 シニアのためのマシント レーニングA(9:00～10:15)  シニアのためのマシントレー ニングB(10:45～12:00)	28
29	30 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)	31休館日	1	2	3	4