

お知らせ

10月1日より、毎週金曜日(午前中)教室を開催しておりますが、入室可能となります。
但し 高齢者トレーニングマシンはご利用になれませんのでご了承ください。

2023年 11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。

※金曜日(午前中)教室を開催しておりますが、利用可能となります。高齢者トレーニングマシンはご利用になれませんのでご了承ください。

※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
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	1 高齢者体カアップ教室(10:00~11:30)	2 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)	3 教室(午前中)	4 休館日
5	6 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)	7 休館日	8 高齢者体カアップ教室(10:00~11:30)	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 教室(午前中)	11 高齢者体カアップ教室(10:00~11:30)
12	13 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)	14 休館日	15 高齢者体カアップ教室(10:00~11:30)	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 教室(午前中)	18 高齢者体カアップ教室(10:00~11:30)
19	20 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)	21 休館日	22 高齢者体カアップ教室(10:00~11:30)	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 高齢者体カアップ教室(10:00~11:30)
26	27 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)	28 休館日	29 高齢者体カアップ教室(10:00~11:30)	30	1	2