

令和4年 9月スケジュール

9月1日（木）～16日（金）

受付はありません。

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | | |
|-------|-----------|---|---|---|---|-----------|---|--|--|
| 11:00 | セルフトレーニング | | | | | セルフトレーニング | | | |
| 12:00 | | | | | | | | | |
| 13:00 | | | | | | | | | |
| 14:00 | | | | | | | | | |
| 15:00 | | | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | | | | | |
| 17:00 | | | | | | | | | |
| 18:00 | | | | | | | | | |
| 19:00 | | | | | | | | | |
| 20:00 | | | | | | | | | |

☆1日（木）～16日（金）まで、セルフトレーニングのみとします。

☆トレーニングは約1時間程度でお願いします。

☆来館時にフロントで名前を記入してください。

☆1日1回のみ利用とします。

※分からない事がありましたら指導員に相談して下さい。