

トレーニング室予定表 1月分

2024年
12月15日更新

1	水	休館日
2	木	休館日
3	金	休館日
○4	土	施設点検のため 9:00~13:00 CLOSE
○5	日	
6	月	18:30~トレーニング講習会
7	火	18:30~トレーニング講習会
8	水	
9	木	賀詞交歓会のため 9:00~21:00 終日 CLOSE
10	金	14:00~トレーニング講習会
○11	土	10:00~トレーニング講習会
○12	日	14:00~トレーニング講習会
○13	月	二十歳の祝典のため 9:00~21:00 終日 CLOSE
14	火	
15	水	10:15~ミニ教室(骨盤矯正ヨガ) 18:30~トレーニング講習会
内容が変更となる場合があります。		

16	木	
17	金	10:00~トレーニング講習会 11:45~ミニ教室(ピラティス)
○18	土	
○19	日	大和市駅伝競走大会のため 9:00~15:00 CLOSE
20	月	休館日
21	火	
22	水	10:15~ミニ教室(骨盤矯正ヨガ)
23	木	18:30~トレーニング講習会
○24	金	11:45~ミニ教室(ピラティス)
○25	土	18:30~トレーニング講習会
○26	日	14:00~トレーニング講習会
27	月	
28	火	10:00~トレーニング講習会
29	水	10:15~ミニ教室(骨盤矯正ヨガ)
30	木	18:30~トレーニング講習会
31	金	11:45~ミニ教室(ピラティス)

☞ ○印は、駐車場の混雑が予想される日になります。
○印以外にも、天候等により駐車場が混雑する場合があります。