自主トレーニング ご利用日

１２ 月

＜ご利用時間＞
①9:00～10:25　②10:30～11:55　③13:00～14:25　④14:30～15:55

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
	午前 午後	午前 午後	午前 午後	午前 午後	午前 午後	午前 午後
6	7	8	9	10	11	12
休館	午前 午後	午前 午後	午前 午後	午前 午後	午前 午後	午前 午後
	×	×				
13	14	15	16	17	18	19
休館	午前 午後	午前 午後	午前 午後	午前 午後	午前 午後	午前 午後
20	21	22	23	24	25	26
休館	午前 午後	午前 午後	午前 午後	午前 午後	午前 午後	午前 午後
	×				●	
27	28	29	30	31		
休館	午前 午後	休館	休館	休館		

● ・・・ 自 主トレ 指 導（指導員がいます）　　× ・・・ 自 主トレ 不 可

※ 指導員滞在時間 ・・・ 午前 ： 9:30～11:30、 午後 ： 1:30～3:30

※ 都合により変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。