

自主トレーニング ご利用日

7 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
			午前 午後	午前 午後	午前 午後	午前 午後
5	6	7	8	9	10	11
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
12	13	14	15	16	17	18
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
19	20	21	22	23	24	25
休館	休館	午前 午後	午前 午後	午前 午後	午前 午後	午前 午後
					●	
26	27	28	29	30	31	
休館	午前 午後	午前 午後	午前 午後	午前 午後	午前 午後	

● … 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。