1月

トレーニング室利用時間(シャワー室、更衣室含む)

朝	09：00～12：00
昼	13：00～17：00
夜	18：00～21：30

●のついた時間が、ご利用できます。(変更になる場合もあります)

12月23日　更新

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