11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) 10月28日 更新

杈	18:00~21:30												
	B		月		火		水		木		金		±
27		28		29		30		31		1		2	
朝		朝		朝		朝		朝		朝		朝	\
昼		昼		昼		昼		昼		昼		昼	X
夜		夜		夜		夜		夜		夜		夜	•
3	文化の日	4	振替休日	5		6		7		8		9	
朝		朝		朝	休館日	朝		朝		朝		朝	
昼	X	昼		昼	小姑日	昼		昼		昼		昼	
夜		夜		夜	•	夜		夜		夜		夜	
10		11		12		13		14		15		16	
朝		朝		朝	休館日	朝		朝		朝		朝	
昼		昼		昼		昼		昼		昼		昼	
夜		夜		夜	•	夜		夜		夜		夜	
17		18		19		20		21		22		23	勤労感謝の日
朝		朝		朝	休館日	朝		朝		朝		朝	\ /
昼		昼		昼	МАР П	昼		昼		昼		昼	X
夜		夜		夜	•	夜		夜		夜		夜	•
24		25		26		27		28		28		30	
朝		朝		朝	休館日	朝		朝		朝		朝	
昼	X	昼		昼	 小以后口	昼		昼		昼		昼	
夜		夜		夜		夜		夜		夜		夜	