

自主トレーニング ご利用日

11 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		6		7	
休 館	午 前	午 後	休 館		午 前	午 後	午 前	午 後	午 前	午 後	午 前	午 後
8	9		10		11		12		13		14	
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
15	16		17		18		19		20		21	
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
22	23		24		25		26		27		28	
休 館	休 館		午 前	午 後	午 前	午 後	午 前	午 後	午 前	午 後	午 前	午 後
										●		
29	30											
休 館	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。