

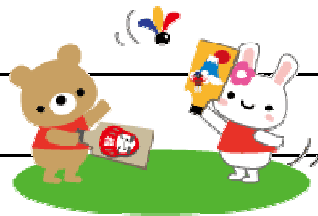


トレーニングカレンダー2018 1月



【お知らせ】 ①空調及び空気清浄機の関係により、トレーニングルームの窓の開閉を禁止します。空調に関してご要望があれば事務室までお声がけください。
 ②貴重品等は自己管理してください。

1	月	<p style="text-align: center;">年末年始のトレーニングルーム休館について</p> <p style="text-align: center;">2017年12月28日(木)15:00～</p> <p style="text-align: center;">2018年1月4日(木)10:00まで</p> <p>上記の期間は休館日となっております。</p> <p>皆様にはご迷惑をおかけしますが、日程をご確認の上お間違えないようお願いいたします。</p>
2	火	
3	水	
4	木	10時からご利用できます。
5	金	
6	土	
7	日	成人式のため、駐車場が大変混雑します。 トレーニング専用駐車場をご利用ください。
8	月	成人の日
9	火	休館日
10	水	
11	木	トレーニング入門教室(19:30～21:00) <u>この時間は許可証をお持ちの方は利用できません。</u> ※参加希望の方は事前申し込みが必要です。
12	金	
13	土	
14	日	トレーニング入門教室(10:30～12:00) <u>この時間は許可証をお持ちの方は利用できません。</u> ※参加希望の方は事前申し込みが必要です。
15	月	休館日
16	火	



※各種大会開催のため駐車場が混雑している際は、トレーニング専用駐車場をご利用ください。ロープを張って確保していますので、ご利用の際はご自身で開閉をお願いします。

トレーニングルームカレンダー2018 1月

17	水	
18	木	
19	金	
20	土	
21	日	
22	月	休館日
23	火	
24	水	
25	木	トレーニング入門教室(19:30~21:00) <u>この時間は許可証をお持ちの方は利用できません。</u> ※参加希望の方は事前申し込みが必要です。
26	金	
27	土	
28	日	トレーニング入門教室(10:30~12:00) <u>この時間は許可証をお持ちの方は利用できません。</u> ※参加希望の方は事前申し込みが必要です。
29	月	休館日
30	火	
31	水	

◎インストラクターへの相談時間のご案内◎

- 1月11日(木) 19:00~19:30 (郡司先生)
- 1月14日(日) 10:00~10:30 (西山先生)
- 1月25日(木) 19:00~19:30 (郡司先生)
- 1月28日(日) 10:00~10:30 (西山先生)

上記の時間は許可証をお持ちの方がインストラクターの先生に相談する時間となっております。

トレーニングメニューや悩みなど相談してみたいはいかがでしょうか。

※各種大会開催のため駐車場が混雑している際は、トレーニング専用駐車場をご利用ください。ロープを張って確保していますので、ご利用の際はご自身で開閉をお願いします。