

トレーニングカレンダー2018 2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 アリーナ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頂くようお願いいたします。

1	木	
2	金	
3	土	
4	日	
5	月	休館日
6	火	
7	水	
8	木	
9	金	
10	土	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。
11	日	
12	月	
13	火	休館日
14	水	
15	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。
16	金	

※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いたします。

トレーニングルームカレンダー2018 2月

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

◎インストラクターへの相談時間◎

2月10日(土)10:00~10:30(西山先生)

2月15日(木)19:00~19:30(郡司先生)

2月25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。

自分用のトレーニングプログラムが欲しい、久しぶりで使い方が…など、どんな相談でも結構です。ぜひご利用ください。

※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。