



トレーナー予定表【12月】

A:9:00-16:00 B:14:00-21:00

体育館利用時間

午前：9:00-12:30

午後：13:00-17:30

夜間：18:00-20:45

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
夜間の部のみ 利用可 トレーナー不在	A村上 B河嶋 (今村)	休館	A村上 B今村	午前の部不在 A(河嶋) (村上) B今村	A村上 B不在	A今村 (村上) B不在
8	9	10	11	12	13	14
A今村 B不在	A今村 B村上	休館	A村上 B今村	A河嶋 (村上) B今村	A村上 (河嶋・今村) B不在	A今村 B不在
15	16	17	18	19	20	21
A村上 B不在	A今村 B村上	休館	A村上 B今村	A河嶋 (村上) B今村	A村上 B不在	A今村 (村上) B不在
22	23	24	25	26	27	28
A今村 B不在	A今村 B村上	休館	A(河嶋) 村上 B今村	A河嶋 (村上) B今村	A村上 今村 B不在	A村上・今村 17:30閉館
29	30	31				
休館	休館	休館	※()がついている場合、不在の時間帯があります ※トレーナー不在及び夜間の部のみ 利用可があるためご確認下さい			
<p>中学生、高校生はトレーナー不在時間帯は利用出来ません (大人同伴であれば可) ※中学生のマシントレーニングは原則禁止</p>						

- ・ 12:00-12:30、17:00-17:30はトレーナーは不在です。
- ・ トレーナーのシフトは変更することもあります。ご了承ください。
- ・ トレーナー不在時は個人メニューを作成することが出来ません。
- ・ トレーナー不在時にわからないことがあれば事務所スタッフにお声がけ下さい。