

6月

月	火		水		木		金		土		日	
											1	
											9:00～ 19:00	フリータイム トレーニング
月	火		水		木		金		土		日	
2	3		4		5		6		7		8	
休館日	9:00～ 12:00	はつらつ トレーニング	9:00～ 12:00	はつらつ トレーニング	9:00～ 12:00	はつらつ トレーニング	9:00～ 12:00	はつらつ トレーニング	9:00～ 19:00	フリータイム トレーニング	9:00～ 19:00	フリータイム トレーニング
	13:00～ 19:00	フリータイム トレーニング	13:00～ 19:00	フリータイム トレーニング	13:00～ 19:00	フリータイム トレーニング	13:00～ 19:00	フリータイム トレーニング				
月	火		水		木		金		土		日	
9	10		11		12		13		14		15	
休館日	9:00～ 12:00	はつらつ トレーニング	9:00～ 12:00	はつらつ トレーニング	9:00～ 12:00	はつらつ トレーニング	9:00～ 12:00	はつらつ トレーニング	9:00～ 19:00	フリータイム トレーニング	9:00～ 19:00	フリータイム トレーニング
			13:00～ 17:00	スタート アップ講座								
	13:00～ 19:00	フリータイム トレーニング	17:00～ 19:00	フリータイム トレーニング	13:00～ 19:00	フリータイム トレーニング	13:00～ 19:00	フリータイム トレーニング				
月	火		水		木		金		土		日	
16	17		18		19		20		21		22	
休館日	9:00～ 12:00	はつらつ トレーニング	9:00～ 12:00	はつらつ トレーニング	9:00～ 12:00	はつらつ トレーニング	9:00～ 12:00	はつらつ トレーニング	9:00～ 13:00	スタート アップ講座	9:00～ 19:00	フリータイム トレーニング
	13:00～ 19:00	フリータイム トレーニング	13:00～ 19:00	フリータイム トレーニング	13:00～ 19:00	フリータイム トレーニング	13:00～ 19:00	フリータイム トレーニング	13:00～ 19:00	フリータイム トレーニング		
月	火		水		木		金		土		日	
23	24		25		26		27		28		29	
休館日	9:00～ 12:00	はつらつ トレーニング	9:00～ 12:00	はつらつ トレーニング	9:00～ 12:00	はつらつ トレーニング	9:00～ 12:00	はつらつ トレーニング	9:00～ 19:00	フリータイム トレーニング	9:00～ 19:00	フリータイム トレーニング
					13:00～ 17:00	スタート アップ講座						
	13:00～ 19:00	フリータイム トレーニング	13:00～ 19:00	フリータイム トレーニング	17:00～ 19:00	フリータイム トレーニング	13:00～ 19:00	フリータイム トレーニング				
月	火		水		木		金		土		日	
30												
休館日												

※はつらつトレーニング：65歳以上の教室（申込制）
スタートアップ講座：トレーニングルーム利用希望の方が初めに受けていただく講座
フリータイムトレーニング：18歳以上で、スタートアップ講座を受講した方の自主トレーニング