

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
※( )がついている場合 不在の時間帯があります		休館	A今村 岩崎 B村上	A今村 (岩崎) B村上	A村上 今村・岩崎 **B不在**	A村上 今村 **B不在**
6	**7**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**
A岩崎 **B不在**	A村上 今村 B岩崎	休館	A岩崎 B(村上) 今村	A村上 (岩崎) B今村	A村上 (今村)・岩崎 **B不在**	A村上 今村 **B不在**
13	**14**	**15**	**16**	**17**	**18**	**19**
A岩崎 **B不在**	A村上 (今村) B岩崎	休館	A今村 B(村上) 岩崎	A今村 (岩崎) B村上	A村上 今村・岩崎 **B不在**	A村上 岩崎 **B不在**
20	**21**	**22**	**23**	**24**	**25**	**26**
A今村 **B不在**	A村上 今村 B岩崎	休館	A村上 岩崎 B今村	A村上 (岩崎) B今村	A村上 今村・岩崎 **B不在**	A今村 岩崎 **B不在**
27	**28**	**29**	**30**	**31**		
A村上 今村 **B不在**	A村上 岩崎 **B不在**	休館	休館	休館		

中高生、高校生はトレーナー不在の時間帯はご利用できません
（大人同伴であれば可）
※中学生のマシントレーニング原則禁止

・**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。