

トレーニング室 1月営業日カレンダー

重要なお知らせ

閉館情報：18日(土)・19日(日) 東レホーム戦のため

有料イベント

えくすと！ ～トレーニング&ストレッチ～

16日(木)・28日(火) 10:00～ 40分間実施

新プログラムスタート！

スポーツ・クリニック ～子育て世代の保護者と指導者へ～

子どもたちのスポーツの可能性を広げられるために、一緒に学びませんか？ ※詳細は別紙またはHPでご確認ください。

無料イベント

健康体力相談セミナー

22日(水) 12時30分～

ボランティアセミナー (同日2回開催)

12日(日) 16時～・18時～

15日(水) 13時～・15時～

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
駐車場予想 ▲ 混雑 ✕ 満車見込み			元旦 1 年末年始休館	2	営業開始 初回講習会なし 3 9:00～21:00	初回講習会なし 4 9:00～21:00
初回講習会なし 5 9:00～21:00	6 9:00～21:00	7 9:00～21:00	8 9:00～21:00	9 9:00～21:00	10 9:00～21:00	11 9:00～21:00
ボランティアセミナー 12 9:00～21:00	▲ 成人の日 13 9:00～21:00	14 9:00～21:00	ボランティアセミナー 15 9:00～21:00	えくすと 16 9:00～21:00	17 9:00～21:00	✕ 18 お休み
✕ 19 お休み	20 9:00～21:00	21 9:00～21:00	健体セミナー 22 9:00～21:00	23 9:00～21:00	24 9:00～21:00	スポーツクリニック 25 9:00～21:00
▲ スポーツクリニック 26 9:00～21:00	27 休館日	えくすと 28 9:00～21:00	29 9:00～21:00	30 9:00～21:00	31 9:00～21:00	