

マシン継続トレーニングスケジュール

時間枠で入室から退室まで1時間以内利用となります。(当日来館予約)

月・水・金 9:15～ 10:15～ 11:15～ 12:15～

火・木・土・日 13:00～ 14:00～ 15:00～ 16:00～

* 1回

150円

2022 1月

日	月	火	水	木	金	土
						1 開催なし
2 開催なし	3 開催なし	4 13:00～17:00	5 9:15～13:15	6 13:00～17:00	7 9:15～13:15	8 13:00～17:00
9 13:00～17:00	10 9:15～13:15	11 13:00～17:00	12 9:15～13:15	13 13:00～17:00	14 9:15～13:15	15 13:00～17:00
16 13:00～17:00	17 9:15～13:15	18 13:00～17:00	19 9:15～13:15	20 13:00～17:00	21 9:15～13:15	22 13:00～17:00
23 13:00～17:00	24 9:15～13:15	25 13:00～17:00	26 9:15～13:15	27 13:00～17:00	28 9:15～13:15	29 13:00～17:00
30 13:00～17:00	31 9:15～13:15					

2022 2月

日	月	火	水	木	金	土
		1 13:00～17:00	2 9:15～13:15	3 13:00～17:00	4 9:15～13:15	5 13:00～17:00
6 13:00～17:00	7 9:15～13:15	8 13:00～17:00	9 9:15～13:15	10 13:00～17:00	11 9:15～13:15	12 13:00～17:00
13 13:00～17:00	14 9:15～13:15	15 13:00～17:00	16 9:15～13:15	17 13:00～17:00	18 9:15～13:15	19 13:00～17:00
20 13:00～17:00	21 9:15～13:15	22 13:00～17:00	23 9:15～13:15	24 13:00～17:00	25 9:15～13:15	26 13:00～17:00
27 13:00～17:00	28 9:15～13:15					

2022 3月

日	月	火	水	木	金	土
		1 13:00～17:00	2 9:15～13:15	3 13:00～17:00	4 9:15～13:15	5 13:00～17:00
6 開催なし	7 9:15～13:15	8 13:00～17:00	9 9:15～13:15	10 13:00～17:00	11 9:15～13:15	12 13:00～17:00
13 13:00～17:00	14 9:15～13:15	15 13:00～17:00	16 9:15～13:15	17 13:00～17:00	18 9:15～13:15	19 13:00～17:00
20 13:00～17:00	21 9:15～13:15	22 13:00～17:00	23 9:15～13:15	24 13:00～17:00	25 9:15～13:15	26 13:00～17:00
27 13:00～17:00	28 9:15～13:15	29 開催なし	30 開催なし	31 開催なし		