

メインアリーナウォーキングコース予定表

1月

日	月	火	水	木	金	土
	1 休館日	2 休館日	朝 ○ 3 夜 ○	朝 × 4 夜 ×	朝 × 5 夜 ×	朝 × 6 夜 ×
朝 × 7 夜 ×	朝 × 8 夜 ○	朝 ○ 9 夜 ○	朝 ○ 10 夜 ○	朝 ○ 11 夜 ○	朝 ○ 12 夜 ×	朝 × 13 夜 ×
朝 × 14 夜 ○	朝 ○ 15 夜 ○	16 休館日	朝 ○ 17 夜 ○	朝 × 18 夜 ×	朝 × 19 夜 ×	朝 × 20 夜 ×
朝 × 21 夜 ○	朝 ○ 22 夜 ○	朝 ○ 23 夜 ×	朝 ○ 24 夜 ○	朝 ○ 25 夜 ○	朝 ○ 26 夜 ○	朝 × 27 夜 ×
朝 × 28 夜 ×	朝 ○ 29 夜 ○	朝 ○ 30 夜 ○	朝 ○ 31 夜 ○			

メインアリーナウォーキングコースは個人利用登録をしてからの利用となります。

朝・・・ 9：00～18：00

夜・・・18：00～21：00

トレーニングルーム初心者講習会予定表

1月

日	月	火	水	木	金	土
	1 休館日	2 休館日	3	4	5	6
7	8 14-15：30 一般	9	10	11 14-15：30 シニア	12	13
14	15	16 休館日	17 14-15：30 シニア	18	19	20
21	22 14-15：30 シニア	23	24	25	26	27
28 14-15：30 一般	29	30 14-15：30 一般	31			

トレーニングルームは個人利用登録をしてからの利用となります。

また、トレーニングウェアと室内用運動靴が必要です。

営業時間 9：00～21：00