

## メインアリーナウォーキングコース予定表

3月

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

3月

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