

大麻体育館トレーニング室ワンポイント指導日

2018年 4月

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| 1 | 2 14:00~16:00 財団(村形) | 3 | 4 15:00~17:00 財団(村形) | 5 17:00~19:00 財団(中島) | 6 | 7 |
| 8 | 9 12時閉館 | 10 18:00~20:00 財団(中島) | 11 | 12 | 13 10:00~12:00 財団(村形) | 14 18:00~20:00 財団(村形) |
| 15 | 16 17:00~19:00 財団(中島) | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 18:00~20:00 財団(中島) |
| 22 13:00~15:00 財団(村形) | 23 | 24 13:00~15:00 財団(村形) | 25 | 26 18:00~20:00 財団(村形) | 27 | 28 |
| 29 | 30 15:00~17:00 財団(村形) | | | | | |

※予定につきましては、変更になる場合があります。

※財団指導員の指導日は、「主にマシンなどの指導」になります。