

令和7年 12月 大麻体育館 トレーニング室ワンポイント指導日

日	月	火	水	木	金	土
	1 14:00～16:00 担当（藤岡）	2	3 14:00～16:00 担当（中島）	4	5	6 10:00～12:00 担当（中島）
7	8 12時00分閉館 12時00分まで 利用できます。	9	10	11	12	13 10:00～12:00 担当（中島）
14	15	16 14:00～16:00 担当（藤岡）	17	18	19	20
21 10:00～12:00 担当（藤岡）	22	23 14:00～16:00 担当（中島）	24	25	26	27
28	29	30 17時00分閉館 17時00分まで 利用できます。	31 年末休館	年末年始休館 12/31～1/3まで ※年始営業1/4(17時閉館)		

※予定につきましては、変更になる場合があります。  
※指導日は、「主にマシンなどの指導」になります。

