

4月 自主トレーニングカレンダー（はつらつセンター）

○：利用可 ×：利用不可（他会場同様）

☆は自家用車での来所をお断りしています。

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

午前：9時～13時

午後：13時～17時

夜間：17時～20時30分

※自主トレーニング室が午前・午後ともに利用可能な日は、12時～13時も利用可能です。

自主トレーニング講習会日程（要予約）

料金600円

4月21日（月）9時15分～11時45分

再受講無料

自主トレフォローアップ講習会日程（予約不要）

料金無料

4月28日（月）14時～16時

自主トレーニング室の利用には許可証が必要です。

※許可証をお持ちでない方は、講習会を受講してください。