



# トレーナー予定表【7月】

A:9:00-16:00    B:14:00-21:00

## 体育館利用時間

午前：9:00-12:30

午後：13:00-17:30

夜間：18:00-20:45

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	A小森 今村 B村上	休館	A小森 村上 B今村	A小森 (村上) B今村	A小森 村上 <b>B不在</b>	A小森 村上 <b>B不在</b>
7	8	9	10	11	12	13
A今村 <b>B不在</b>	A(小森) (今村) <b>9:30-11:30不在</b> B村上	休館	A村上 今村 B小森	A今村 (村上) B小森	A小森 今村 <b>B不在</b>	A今村 <b>B不在</b>
14	15	16	17	18	19	20
A村上 今村 <b>B不在</b>	A小森 B村上	休館	A小森 村上 B今村	A小森 (村上) B今村	A村上 今村 <b>B不在</b>	A小森 村上 <b>B不在</b>
21	22	23	24	25	26	27
A小森 今村 <b>B不在</b>	A小森 今村 B村上	休館	A村上 今村 B小森	A今村 (村上) B小森	A小森 村上・今村 <b>B不在</b>	A小森 今村 <b>B不在</b>
28	29	30	31			
A村上 <b>B不在</b>	A小森 今村 B村上	休館	A小森 村上 B今村	<b>※ ( ) がついている場合 不在の時間帯があります</b>		

中学生、高校生はトレーナー不在時間帯は利用出来ません  
(大人同伴であれば可)

**※中学生のマシントレーニングは原則禁止**

- ・ 12:00-12:30、17:00-17:30はトレーナーは不在です。
- ・ トレーナーのシフトは変更することもあります。ご了承ください。
- ・ トレーナー不在時は個人メニューを作成することが出来ません。
- ・ トレーナー不在時にわからないことがあれば事務所スタッフにお声がけ下さい。