

介護予防トレーニングセンター 2023年6月予定表

曜日	日	月	火	水	木	金	土	
日付					1	2	3	
午前					フリー 9:00～21:30	 体力測定のため 5階閉館です	フリー 9:00～21:30	
午後								
夜間								夜トレ部 17:30～18:00
日付	4	5	6	7	8	9	10	
午前	のびのび フォローアップ 教室 9:00～12:45	休館日	フリー 9:00～21:30	フリー 9:00～21:30	フリー 9:00～21:30	フリー 9:00～21:30	フリー 9:00～21:30	
午後	フリー 13:00～19:00							
夜間					夜トレ部 17:30～18:00	夜トレ部 17:30～18:00		
日付	11	12	13	14	15	16	17	
午前	のびのび フォローアップ 教室 9:00～12:45	休館日	フリー 9:00～21:30	フリー 9:00～21:30	フリー 9:00～21:30	フリー 9:00～21:30	フリー 9:00～21:30	
午後	フリー 13:00～19:00							
夜間					夜トレ部 17:30～18:00	夜トレ部 17:30～18:00		
日付	18	19	20	21	22	23	24	
午前	のびのび フォローアップ 教室 9:00～12:45	休館日	フリー 9:00～21:30	フリー 9:00～21:30	フリー 9:00～17:30	フリー 9:00～21:30	フリー 9:00～21:30	
午後	フリー 13:00～19:00							
夜間						スタッフミーティング の為、17:30閉館と なります	夜トレ部 17:30～18:00	
日付	25	26	27	28	29	30		
午前	のびのび フォローアップ 教室 9:00～12:45	休館日	フリー 9:00～21:30	フリー 9:00～21:30	フリー 9:00～21:30	フリー 9:00～21:30		
午後	フリー 13:00～19:00							
夜間					夜トレ部 17:30～18:00	夜トレ部 17:30～18:00		