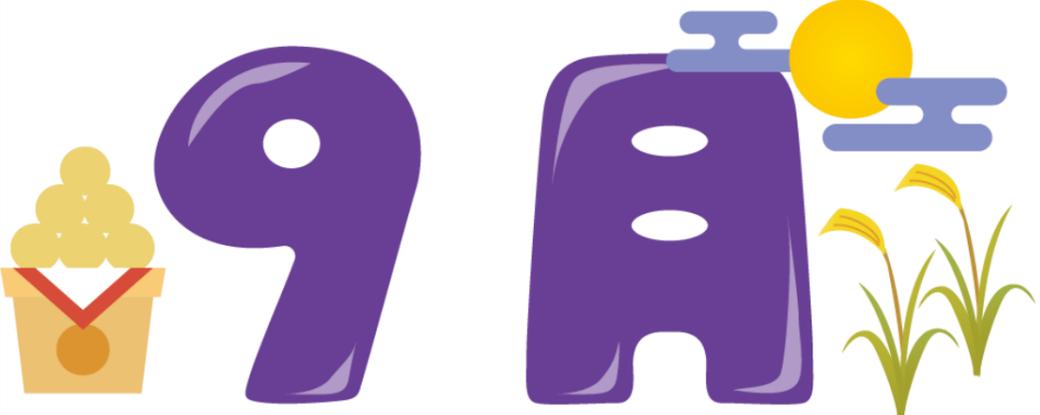


介護予防トレーニングセンター 2025年9月予定表

曜日	日	月	火	水	木	金	土	
日付	1	2	3	4	5	6	7	
午前	 TORESEN  TORESEN  TORESEN	休館日	フリー 9:00～21:30 バランスボール 10:00～/11:00～ 14:00～/15:00～	フリー 9:00～21:30 バランスボール 10:00～/11:00～ 14:00～/15:00～	フリー 9:00～21:30 バランスボール 10:00～/11:00～ 14:00～/15:00～	フリー 9:00～21:30 バランスボール 14:00～/15:00～	フリー 9:00～21:30 バランスボール 14:00～/15:00～ 17:30～/18:30～	
午後			夜トレ部short 18:00～/18:30～ 19:00～/19:30～	夜トレ部 17:30～ 夜トレ部short 18:30～/19:00～ 19:30～	夜トレ部 17:30～	夜トレ部 17:30～		
夜間								
	8	9	10	11	12	13	14	
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 バランスボール 10:00～/11:00～ 14:00～/15:00～	フリー 9:00～21:30 バランスボール 10:00～/11:00～ 14:00～/15:00～	フリー 9:00～21:30 バランスボール 10:00～/11:00～ 14:00～/15:00～	フリー 9:00～21:30 バランスボール 14:00～/15:00～	フリー 9:00～21:30	
午後			フリー 13:00～19:00 バランスボール 14:00～/15:00～	夜トレ部short 18:00～/18:30～ 19:00～/19:30～	夜トレ部 17:30～ 夜トレ部short 18:30～/19:00～ 19:30～	夜トレ部 17:30～	夜トレ部 17:30～	
夜間								
日付	15	16	17	18	19	20	21	
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 バランスボール 10:00～/11:00～ 14:00～/15:00～	フリー 9:00～21:30 バランスボール 10:00～/11:00～ 14:00～/15:00～	フリー 9:00～17:30 バランスボール 10:00～/11:00～ 14:00～/15:00～	フリー 9:00～21:30 バランスボール 14:00～/15:00～	フリー 9:00～21:30 バランスボール 14:00～/15:00～ 17:30～/18:30～	
午後			フリー 13:00～19:00 バランスボール 14:00～/15:00～	夜トレ部short 18:00～/18:30～ 19:00～/19:30～	夜トレ部 17:30～ 夜トレ部short 18:30～/19:00～ 19:30～	夜トレ部 17:30～ 夜トレ部short 18:30～/19:00～ 19:30～	夜トレ部 17:30～	
夜間						スタッフミーティング の為、17:30閉館と なります		
日付	22	23	24	25	26	27	28	
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 バランスボール 10:00～/11:00～ 14:00～/15:00～	フリー 9:00～21:30 バランスボール 10:00～/11:00～ 14:00～/15:00～	フリー 9:00～21:30 バランスボール 10:00～/11:00～ 14:00～/15:00～	フリー 9:00～21:30 バランスボール 14:00～/15:00～	フリー 9:00～21:30 バランスボール 14:00～/15:00～ 17:30～/18:30～	
午後			フリー 13:00～19:00 バランスボール 14:00～/15:00～	夜トレ部short 18:00～/18:30～ 19:00～/19:30～	夜トレ部 17:30～ 夜トレ部short 18:30～/19:00～ 19:30～	夜トレ部 17:30～	夜トレ部 17:30～	
夜間								
日付	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 バランスボール 10:00～/11:00～ 14:00～/15:00～	
午後							フリー 13:00～19:00 バランスボール 14:00～/15:00～	夜トレ部short 18:00～/18:30～ 19:00～/19:30～
夜間								