

# 令和8年1月「筋トレ機器一般開放時間帯」

日	月	火	水	木	金	土
				1 休館日	2 休館日	3 休館日
						
4 休館日	5 8:45~13:30 筋トレ機器一般開放	6 8:45~9:30 筋トレ機器一般開放	7 8:45~16:45 筋トレ機器一般開放	8 8:45~16:45 筋トレ機器一般開放	9 8:45~16:45 筋トレ機器一般開放	10 8:45~16:45 筋トレ機器一般開放
	13:30~15:00 まめな会	9:30~11:30 筋トレ教室		赤枠の時間帯は 予定があります		
11 休館日	12 8:45~13:30 筋トレ機器一般開放	13 8:45~9:30 筋トレ機器一般開放	14 8:45~16:45 筋トレ機器一般開放	15 8:45~16:45 筋トレ機器一般開放	16 8:45~16:45 筋トレ機器一般開放	17 休館日 
	13:30~15:00 まめな会	9:30~11:30 筋トレ教室				
18 休館日	19 8:45~13:30 筋トレ機器一般開放	20 8:45~9:30 筋トレ機器一般開放	21 8:45~16:45 筋トレ機器一般開放	22 8:45~16:45 筋トレ機器一般開放	23 8:45~16:45 筋トレ機器一般開放	24 8:45~16:45 筋トレ機器一般開放
	13:30~15:00 まめな会	9:30~11:30 筋トレ教室				
25 休館日	26 8:45~13:30 筋トレ機器一般開放	27 8:45~9:30 筋トレ機器一般開放	28 8:45~16:45 筋トレ機器一般開放	29 8:45~16:45 筋トレ機器一般開放	30 8:45~16:45 筋トレ機器一般開放	31 休館日 
	13:30~15:00 まめな会	9:30~11:30 筋トレ教室				
	15:00~16:45 筋トレ機器一般開放	11:30~16:45 筋トレ機器一般開放				