

# 令和4年9月「筋トレ機器一般開放時間帯」

日	月	火	水	木	金	土
				1 9:00～15:00 筋トレ機器一般開放	2 9:00～15:00 筋トレ機器一般開放	3 9:00～15:00 筋トレ機器一般開放
				<div style="border: 1px solid red; padding: 5px; display: inline-block;">赤枠の時間帯は 予定があります</div> <div style="border: 1px solid yellow; padding: 5px; display: inline-block; margin-left: 20px;">                     オリエンテーション実施時は、 参加者優先ですが利用可能です。 理学療法士に相談もできます。                 </div>		
4	5 9:00～13:30 筋トレ機器一般開放 13:30～15:30 まめな会	6 9:00～10:00 筋トレ機器一般開放 10:00～12:30 筋力アップ教室 12:30～15:00 筋トレ機器一般開放	7 9:00～15:00 筋トレ機器一般開放 10:00～12:00 オリエンテーション スキルアップ講習	8 9:00～9:30 筋トレ機器一般開放 9:30～12:00 筋トレフォロー教室 12:00～15:00 筋トレ機器一般開放	9 9:00～15:00 筋トレ機器一般開放	10 9:00～15:00 筋トレ機器一般開放
休館日						
11	12 9:00～13:30 筋トレ機器一般開放 13:30～15:30 まめな会	13 9:00～10:00 筋トレ機器一般開放 10:00～12:30 筋力アップ教室 12:30～15:00 筋トレ機器一般開放	14 9:00～15:00 筋トレ機器一般開放	15 9:00～15:00 筋トレ機器一般開放	16 9:00～15:00 筋トレ機器一般開放	17 9:00～15:00 筋トレ機器一般開放
休館日						
18	19 9:00～13:30 筋トレ機器一般開放 13:30～15:30 まめな会	20 9:00～10:00 筋トレ機器一般開放 10:00～12:30 筋力アップ教室 12:30～15:00 筋トレ機器一般開放	21 9:00～15:00 筋トレ機器一般開放	22 9:00～9:30 筋トレ機器一般開放 9:30～12:00 筋トレフォロー教室 12:00～15:00 筋トレ機器一般開放	23 9:00～15:00 筋トレ機器一般開放	24 9:00～15:00 筋トレ機器一般開放
休館日						
25	26 9:00～13:30 筋トレ機器一般開放 13:30～15:30 まめな会	27 9:00～15:00 筋トレ機器一般開放	28 9:00～15:00 筋トレ機器一般開放	29 9:00～15:00 筋トレ機器一般開放	30 9:00～15:00 筋トレ機器一般開放	
休館日						

新型コロナウイルス感染症の影響により、臨時休館となる場合があります。  
その際は、坂祝情報かわら版メールやホームページにてお知らせしますのでご確認ください。