

2017年 'S' ウェルネスクラブ神城 指導時間予定表

12月

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
					1日 13:00~15:00 まめった講座 15:00~17:00	2日 休館日
3日 休館日	4日 12:30~20:30	5日 休館日	6日 休館日	7日 12:30~20:30	8日 13:00~15:00 まめった講座 15:00~17:00	9日 休館日
10日 休館日	11日 12:30~20:30	12日 smile マシンプログラム 13:30~15:00 開催 15:30~20:30	13日 休館日	14日 12:30~14:00 14:00~14:30 ストレッチ体操 14:30~20:30	15日 13:00~15:00 まめった講座 15:00~17:00	16日 休館日
17日 休館日	18日 12:30~20:30	19日 smile マシンプログラム 13:30~15:00 開催 15:30~20:30	20日 休館日	21日 トレーナー不在 13:00~15:30 15:00~20:30	22日 13:00~15:00 まめった講座 15:00~17:00	23日 天皇誕生日 休館日
24日 閉館	25日 12:30~20:30	26日 smile マシンプログラム 13:30~15:00 開催 15:30~20:30	27日 休館日	28日 12:30~14:00 14:00~14:30 ストレッチ体操 14:30~20:30	29日 休館日	30日 休館日
31日 閉館						

- 13:00~15:30 ※網掛けになっている所はトレーナー不在になります。トレーニングに慣れていない方や指導が必要な方は、この時間帯は避けていただきますよう、よろしくお願いいたします。
- Smile講座 ※午前中はリハビリの時間ですのでトレーニングは出来ません。ご了承ください。
- まめった講座 ※講座開催につき、トレーニングルームは使用出来ません。ご了承ください。
- お知らせ ※予定は予告なく変更する場合がございます。ご了承ください。