

| 5月 | | トラック | | | トレーニング室 | |
|----|----|-------------|----|----|---------|--|
| | | 午前 | 午後 | 夜間 | 終日 | 教室・講習会状況 |
| 日 | 曜日 | 9～21 | | | 9～21 | |
| ① | 水 | 改修工事につき使用中止 | | | ○ | |
| ② | 木 | | | | ○ | |
| ③ | 金 | | | | ○ | |
| 4 | 土 | | | | ○ | |
| 5 | 日 | | | | ○ | |
| ⑥ | 月 | | | | ○ | |
| 7 | 火 | | | | ○ | ヘルシーウォーキング(10:00~11:30) ヘルストレーニング(18:30~20:00) |
| 8 | 水 | | | | ○ | シェイプアップ(10:00~11:30) 講習会(19:00~20:30) |
| 9 | 木 | | | | ○ | 講習会 (10:00~11:30) |
| 10 | 金 | | | | ○ | ヘルストレーニング (18:30~20:00) |
| 11 | 土 | | | | ○ | |
| 12 | 日 | | | | ○ | |
| 13 | 月 | | | | ○ | 講習会 (10:00~11:30) |
| 14 | 火 | | | | ○ | ヘルシーウォーキング(10:00~11:30) ヘルストレーニング(18:30~20:00) |
| 15 | 水 | | | | ○ | シェイプアップ(10:00~11:30) 講習会(19:00~20:30) |
| 16 | 木 | | | | ○ | 講習会 (10:00~11:30) |
| 17 | 金 | | | | ○ | ヘルストレーニング (18:30~20:00) |
| 18 | 土 | | | | ○ | |
| 19 | 日 | | | | ○ | |
| 20 | 月 | | | | ○ (18~) | メンテナンス休場 (9:00~18:00) |
| 21 | 火 | | | | ○ | ヘルシーウォーキング(10:00~11:30) ヘルストレーニング(18:30~20:00) |
| 22 | 水 | | | | ○ | シェイプアップ(10:00~11:30) 講習会(19:00~20:30) |
| 23 | 木 | | | | ○ | 講習会 (10:00~11:30) |
| 24 | 金 | | | | ○ | ヘルストレーニング (18:30~20:00) |
| 25 | 土 | | | | ○ | |
| 26 | 日 | | | | ○ | |
| 27 | 月 | | | | ○ | 講習会 (10:00~11:30) |
| 28 | 火 | | | | ○ | ヘルシーウォーキング(10:00~11:30) ヘルストレーニング(18:30~20:00) |
| 29 | 水 | | | | ○ | シェイプアップ(10:00~11:30) 講習会(19:00~20:30) |
| 30 | 木 | | | | ○ | 講習会 (10:00~11:30) |
| 31 | 金 | | | | ○ | ヘルストレーニング (18:30~20:00) |

