総合運動場個人使用日程表

10　月		トラック						トレーニング室	
		午前		午後		夜間		教室・講習会状況	終日
日	時間 曜日	9-11	11-13	13-15	15-17	17-19	19-21		9-21
1	木	▲	①	①	①		①	トレーニング講習会（10～11：30）	○
2	金	①	①	①					○
3	土		①	①					○
4	日								○
5	月		①	①	①	①	①	トレーニング講習会（10～11：30）	○
6	火		①	①					○
7	水	▲	①	①				トレーニング講習会（19～20：30）	○
8	木	▲	①	①	①			トレーニング講習会（10～11：30）	○
9	金	①	①	①					○
10	土								○
11	日						①		○
12	月		①	①	①	①	①	トレーニング講習会（10～11：30）	○
13	火		①	①					○
14	水	▲	①	①				トレーニング講習会（19～20：30）	○
15	木	▲	①	①	①		①	トレーニング講習会（10～11：30）	○
16	金	①	①	①					○
17	土								○
18	日								○
19	月	**休場（９時～17時）**				①	①		17～○
20	火		①	①					○
21	水	▲	①	①				トレーニング講習会（19～20：30）	○
22	木	▲	①	①	①		①	トレーニング講習会（10～11：30）	○
23	金	①	①	①					○
24	土	▲	①	①					○
25	日								○
26	月		①	①	①	①	①	トレーニング講習会（10～11：30）	○
27	火		①	①					○
28	水	▲	①	①				トレーニング講習会（19～20：30）	○
29	木	▲	①	①	①		①	トレーニング講習会（10～11：30）	○
30	金	①	①	①					○
31	土								○

※トラック　　:トラック使用不可　①：１レーンのみ走行禁止　トラック枠半分は１時間

※▲：５・６レーンのみジョギング・ウォーキング可　○：全レーン使用可