

Training Running Schedule

2018.1

日	曜日	トレーニング室	ランニングコース (1周 240m)
1	月	休	館 日
2	火	休	館 日
3	水	9:00~21:00	9:00~21:00
4	木	9:00~21:00	9:00~21:00
5	金	9:00~21:00	9:00~21:00
6	土	9:00~21:00	9:00~21:00
7	日	9:00~21:00	9:00~21:00
8	月	9:00~21:00	9:00~21:00
9	火	9:00~21:00	9:00~21:00
10	水	9:00~21:00	9:00~21:00
11	木	9:00~21:00	9:00~17:00
12	金	9:00~21:00	9:00~17:00
13	土	9:00~21:00	18:30~21:00
14	日	9:00~21:00	9:00~11:00・17:45~21:00
15	月	9:00~21:00	9:00~21:00
16	火	9:00~21:00	9:00~21:00
17	水	9:00~21:00	11:30~16:00・19:00~21:00
18	木	休	館 日
19	金	9:00~21:00	10:15~16:00
20	土	9:00~21:00	CLOSE
21	日	9:00~21:00	CLOSE
22	月	9:00~21:00	11:30~17:45
23	火	9:00~21:00	9:00~21:00
24	水	9:00~21:00	9:00~21:00
25	木	9:00~21:00	9:00~21:00
26	金	9:00~21:00	9:00~21:00
27	土	9:00~21:00	CLOSE
28	日	9:00~21:00	CLOSE
29	月	9:00~21:00	9:00~17:45
30	火	9:00~21:00	9:00~21:00
31	水	9:00~21:00	9:00~21:00

ご利用上の注意事項について

- ① トレーニング室の利用は高校生以上からになります。
- ② トレーニング室では健康管理のための水分補給を除き飲食はできません。
- ③ 利用の際には、運動靴を持参の上、運動に適した服装で利用して下さい。ジーンズ・スカートでの利用はご遠慮ください。
- ④ 携帯電話で通話しながらの利用はご遠慮ください。通話はロビーまたはティーラウンジでお願いします。
- ⑤ ご使用になったプレート類は必ず元の位置に戻してください。
- ⑥ トレーニング機器の独占は出来ませんので譲り合って使用してください。
- ⑦ 危険な行為が見られた場合は退場いただくことがあります。
- ⑧ 施設では傷病や紛失、その他一切の事故に際し、応急処置を除いて一切の責任を負いません。