

# トレーニング室、ランニングコース予定表 2025年 1 月

日	曜日	トレーニング室	ランニングコース
1	水	休館日	
2	木		
3	金		
4	土	13時から可	13時から可
5	日		
6	月		
7	火		
8	水		
9	木		
10	金		
11	土		
12	日		
13	月		
14	火		
15	水		
16	木		
17	金		
18	土		17時から可
19	日	13時から可	13時から可
20	月		
21	火	休館日	
22	水		
23	木		
24	金		
25	土		
26	日		
27	月		
28	火		
29	水		
30	木		