

12月 トレーニング室 使用状況

	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6
AM	9~12						
PM	1~5						
N	6~8:50						
	7	8	9	10	11	12	13
AM							
PM							
N							
	14	15	16	17	18	19	20
AM				使用不可			
PM							
N							
	21	22	23	24	25	26	27
AM						使用不可	
PM							
N							
	28	29	30	31			
AM	使用不可 1/3まで						
PM							
N							

部屋に入る時は**トレーニング用シューズ**に履き替えてね

使用後は、次の方のために雑巾と消毒液を使って
使ったところの拭き取りをお願いします

ウエイト器材は、重いやバーなど、元の位置に戻してね

