

トレーニングルーム インストラクター 指導予定表

令和07年 (2025年)

4 月

4月 (講師、日曜等一部変更となる場合があります)

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4 11:00~12:00 宮西	5
6	7	8	9 19:00~20:00 斉藤	10	11	12
13	14 19:00~20:00 斉藤	15	16 10:00~11:00 宮西	17	18	19
20	21	22	23	24 11:30~12:30 宮西	25	26
27	28	29 昭和の日	30 19:00~20:00 斉藤			

トレーニングルーム インストラクター 指導予定表

令和07年 (2025年)

5 月

5月 (講師、日曜等一部変更となる場合があります)

日	月	火	水	木	金	土
				1	2 13:30~14:30 宮西	3 憲法記念日
4 みどりの日	5 こどもの日	6 振替休日	7	8	9 19:00~20:00 斉藤	10
11	12	13	14 10:00~11:00 宮西	15	16	17
18	19 19:00~20:00 斉藤	20	21	22	23	24
25	26 10:00~11:00 宮西	27	28	29	30 19:00~20:00 斉藤	31