

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)

9 月

9月 (納期、日曜等一部変更とやむ場合が御座います)

2025年9月1日
30日

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

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)

10 月

10月 (納期、日曜等一部変更とやむ場合が御座います)

2025年10月1日
31日

日	月	火	水	木	金	土
			1 19:00~20:00 斉藤	2	3	4
5	6 13:00~14:00 宮西	7	8	9	10 13:00~14:00 宮西	11
12	13 スポーツの日	14	15 19:00~20:00 斉藤	16	17	18
19	20	21	22 19:00~20:00 斉藤	23	24	25
26	27	28	29	30	31 13:00~14:00 宮西	