

# トレーニング室指導員在室 スケジュール

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1	2 14:00~17:00	3 <b>休館日</b>	4	5 9:30~12:00	6	7
8	9 14:00~17:00	10 <b>休館日</b>	11	12 9:30~12:00	13	14 <b>休館日</b>
15 <b>休館日</b>	16 14:00~17:00	17 <b>休館日</b>	18	19 9:30~12:00	20	21
22 <b>休館日</b>	23 <b>休館日</b>	24 <b>休館日</b>	25 <b>休館日</b>	26 <b>休館日</b>	27 <b>休館日</b>	28 <b>休館日</b>
29 <b>休館日</b>	30 <b>休館日</b>	31 <b>休館日</b>				

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
<b>1月</b>			1 <b>休館日</b>	2 <b>休館日</b>	3 <b>休館日</b>	4 <b>休館日</b>
5 <b>休館日</b>	6 <b>休館日</b>	7 <b>休館日</b>	8 <b>休館日</b>	9 <b>休館日</b>	10 <b>休館日</b>	11 <b>休館日</b>
12 <b>休館日</b>	13 <b>休館日</b>	14 <b>休館日</b>	15 <b>休館日</b>	16 <b>休館日</b>	17 <b>休館日</b>	18 <b>休館日</b>
19	20 14:00~17:00	21 <b>休館日</b>	22	23 9:30~12:00	24	25
26	27 14:00~17:00	28 <b>休館日</b>	29	30 9:30~12:00	31	

※都合により時間を変更する場合があります

※室内用運動シューズに履き替えてご利用ください。

※水分補給用の飲み物の持ち込みは、ペットボトル・水筒をご用意下さい。食事はご遠慮頂いております。

上記の時間帯は指導員が在室しますので、お気軽に声を掛けてください。

### 初心者レッスンのご案内

初めてご利用の方に、トレーニングの流れ、各マシンの使い方などの説明を20分程度行います。ご希望の方は、指導員在室時間の終了30分前までにトレーニング室にお越しのうえ、指導員に声を掛けてください。



○利用時間 ・ 9:30~21:30 (平日) ・ 9:30~19:30 (土日祝)

【お問い合わせ先】 倉敷水泳センター (086) 424-9192 ・ (086) 424-9344