

総合運動場個人使用日程表

4 月		トラック						
		午前		午後		夜間		
日	時間 曜日	9-11	11-13	13-15	15-17	17-19	19-21	
1	月		①				①	
2	火							
3	水	▲						
4	木	▲						
5	金							
6	土		①	①				
7	日							
8	月		①				①	
9	火		①	①				
10	水	▲	①	①				
11	木	▲	①	①				
12	金	①	①				①	
13	土							
14	日							
15	月	休場（9時～17時）						①
16	火		①					
17	水	▲	①	①				
18	木	▲	①	①				
19	金		①	①				
20	土		①	①				
21	日							
22	月		①	①			①	
23	火		①	①				
24	水	▲	①	①				
25	木	▲	①					
26	金	①	①	①			①	
27	土							
28	日							
29	月							
30	火		①	①				

トレーニング室		終日
教室・講習会状況		終日
		9-21
トレーニング講習会（10～11：30）		○
ヘルス（18：30～20）		○
トレーニング講習会（19～20：30）		○
トレーニング講習会（10～11：30）		○
ヘルス（18：30～20）		○
		○
		○
トレーニング講習会（10～11：30）		○
ヘルス（18：30～20）		○
トレーニング講習会（19～20：30）		○
トレーニング講習会（10～11：30）		○
ヘルス（18：30～20）		○
		○
		○
休場（9時～17時）		17～○
ヘルス（18：30～20）		○
トレーニング講習会（19～20：30）		○
トレーニング講習会（10～11：30）		○
ヘルス（18：30～20）		○
		○
		○
トレーニング講習会（10～11：30）		○
ヘルス（18：30～20）		○
トレーニング講習会（19～20：30）		○
トレーニング講習会（10～11：30）		○
ヘルス（18：30～20）		○
		○
		○
ヘルス（18：30～20）		○

※トラック :トラック使用不可 ①：1レーンのみ走行禁止 トラック枠半分は1時間

※▲：5・6レーンのみジョギング・ウォーキング可 ○：全レーン使用可