

総合運動場個人使用日程表

9 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	日							
2	月		①	①			①	
3	火		①	①				
4	水							
5	木	▲	①	①				
6	金	①	①	①				
7	土		①	①				
8	日							
9	月		①				①	
10	火		①	①				
11	水			①				
12	木			①				
13	金	①	①	①			①	
14	土							
15	日							
⑬	月							
17	火		①	①				
18	水							
19	木	▲	①	①				
20	金		①	①				
21	土		①	①				
22	日							
⑭	月							
24	火		①	①				
25	水	▲	①	①				
26	木	▲	①	①				
27	金	①	①				①	
28	土							
29	日							
30	月	休場（9時～17時）						①

トレーニング室		終日
教室・講習会状況		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）	○
		○
		○
	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～○

※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