

総合運動場個人使用日程表

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

トレーニング室	
教室・講習会状況	終日
	9-21
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（18：30～20：00）	○
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（18：30～20：00）	○
	○
	○
トレーニング講習会（10～11：30）	○
ヘルス（18：30～20：00）	○
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（18：30～20：00）	○
	○
	○
休場（9時～17時）	
ヘルス（18：30～20：00）	○
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（18：30～20：00）	○
	○
	○
トレーニング講習会（10～11：30）	○
ヘルス（18：30～20：00）	○
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（18：30～20：00）	○

※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