

# 総合運動場個人使用日程表

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

※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