

1 月分 トレーニング講習日程表

回数	曜日	時間
①	9 日 (木)	10:45 ~
②	16 日 (木)	10:45 ~
③	16 日 (木)	19:00 ~
④	17 日 (金)	19:00 ~
⑤	23 日 (木)	10:45 ~
⑥	23 日 (木)	14:00 ~
⑦	24 日 (金)	10:45 ~
⑧	25 日 (土)	10:45 ~
⑨	28 日 (火)	10:45 ~
⑩	30 日 (木)	14:00 ~
⑪	30 日 (木)	19:00 ~
⑫	31 日 (金)	10:45 ~

※20日(火)・25日(土)の午前中は
混雑が予想されます。