

## トレーニングルーム

# 2026年5月トレーニング室 予定表 (予約電話 0897-52-1315)

5月		9:00~10:00	10:30~11:30	13:00~14:00	14:30~15:30	16:00~17:00	18:00~19:00	5月		
1	金	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	1	金	
2	土	障がい者トレーニング		一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	2	土	
3	日								3	日
4	月	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	みどりの日		4	月	
5	火	一般 (予約制)	一般 (予約制)	障がい者トレーニング		こどもの日				
6	水	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	振替休日				
7	木	一般 (予約制)	一般 (予約制)			一般 (予約制)	一般 (予約制)	7	木	
8	金	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	8	金	
9	土	障がい者トレーニング		一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	9	土	
10	日								10	日
11	月	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	11	月	
12	火	一般 (予約制)	一般 (予約制)	障がい者トレーニング				12	火	
13	水	教室(スマイルサポート)		一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	13	水	
14	木	一般 (予約制)	一般 (予約制)			一般 (予約制)	一般 (予約制)	14	木	
15	金	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	15	金	
16	土	障がい者トレーニング		一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	16	土	
17	日								17	日
18	月	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	18	月	
19	火	一般 (予約制)	一般 (予約制)	障がい者トレーニング				19	火	
20	水	教室(スマイルサポート)		一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	20	水	
21	木	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	21	木	
22	金	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	22	金	
23	土			一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	23	土	
24	日								24	日
25	月	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	25	月	
26	火	一般 (予約制)	スクワットミニ講座	障がい者トレーニング				26	火	
27	水	教室(スマイルサポート)		一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	27	水	
28	木	一般 (予約制)	一般 (予約制)			一般 (予約制)	一般 (予約制)	28	木	
29	金	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	29	金	
30	土	障がい者トレーニング		一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	一般 (予約制)	30	土	
31	日								31	日
5月		9:00~10:00	10:30~11:30	13:00~14:00	14:30~15:30	16:00~17:00	18:00~19:00	5月		

※1 トレーニング時間は60分の計14名までの予約制です。

※2 閉室時間の5分前までに利用を終了し、閉室時間までに退室してください。

**5/26(火) 10:30~スクワットミニ講座があります。講座を受けたい方は予約が必要です。  
講座は、20分ぐらいです。 定員14名です。**

**★ 詳しい内容は、受付スタッフに、お声がけ下さい★**