

トレーニング室 営業日時のご案内

2022年 **12月**

※12月29日～1月3日まで休館日となります。
1月4日から営業開始致します。

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
				1 9:30~20:30	2 9:30~20:30	3 9:30~20:30
4 9:00~17:00	5 9:30~20:30	6 休業日	7 9:30~20:30	8 9:30~20:30	9 9:30~20:30	10 9:30~20:30
11 9:00~17:00	12 9:30~20:30	13 休業日	14 9:30~20:30	15 9:30~20:30	16 9:30~20:30	17 9:30~20:30
18 9:00~17:00	19 9:30~20:30	20 休業日	21 9:30~20:30	22 9:30~20:30	23 9:30~20:30	24 9:30~20:30
25 9:00~17:00	26 9:30~20:30	27 休業日	28 9:30~20:30	29 休業日	30 休業日	31 休業日

※イベントによっては、駐車場が大変混雑する場合があります。

3~4日 第5回全日本社会人バスケットボール選手権大会 東海ブロック予選

4日 岐阜県中学生空手道選抜大会

10日 U18選抜東海フットサル大会

11日 第16回カラテリトルチャレンジカップ

10~11日

17~18日 第31回岐阜ジュニアウインターテニストーナメント

24~25日

24~26日 第50回全国高等学校選抜卓球大会東海選考会 兼 東海高等学校新人卓球大会



トレーニング室利用料金340円で 無料ストレッチ受講できます！！

日時：12月1日(金)より毎週木・金曜日開催

木 (1・8・15・22日) 12:30~13:00 定員5名

金 (2・9・16・23日) 13:00~13:30 定員5名

内容：筋トレや有酸素運動の前に、有効な30分間のストレッチを行います。

残りの時間はトレーニング室利用が可能になります。

定員：各時間帯につき5名まで ※電話にて要予約

場所：岐阜メモリアルセンター トレーニング室