

トレーニング室 営業日時のご案内

2022年 8月

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 休業日	3 9:30~20:30	4 9:30~20:30	5 9:30~20:30	6 9:30~20:30
7 9:00~17:00	8 9:30~20:30	9 休業日	10 9:30~20:30	(祝)11 9:00~17:00	12 9:30~20:30	13 9:30~20:30
14 9:00~17:00	15 9:30~20:30	16 休業日	17 9:30~20:30	18 9:30~20:30	19 臨時休業日	20 11:45~20:30 営業時間変更有り
21 9:00~17:00	22 9:30~20:30	23 休業日	24 9:30~20:30	25 9:30~20:30	26 9:30~20:30	27 9:30~20:30
28 9:00~17:00	29 9:30~20:30	30 休業日	31 9:30~20:30			

※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。

- 5~7日 OKB大垣共立銀行杯第32回選抜岐阜大会
- 7日 子ども運動チャレンジ教室
- 11日 第65回岐阜市民陸上競技大会・第73回岐阜市民水泳大会
- 12~14日 第54回岐阜県学童軟式野球大会
- 19~21日 第53回全国ママさんバレーボール大会
- 20日 2022明治安田生命J3リーグ 第21節 FC岐阜×藤枝MYFC
- 21~24日 全日本学生軟式野球選手権大会
- 27~28日 2022Vリーグジュニア選手権大会



**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：8月4日(木)より毎週開催（4・18・25日）

①9:30~10:00 ②11:45~12:15 各回定員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

担当：竹内・鬼頭