# マエダアリ-ナトレ-ニングル-ム 11月

| 日 | 曜 | トレーニング初心者講習会 |
|---|---|---|
| 1 | 日 | |
| 2 | 月 | |
| 3 | 火 | |
| 4 | 水 | |
| 5 | 木 | |
| 6 | 金 | 一　般 14：00－15：30 |
| 7 | 土 | |
| 8 | 日 | |
| 9 | 月 | |
| 10 | 火 | |
| 11 | 水 | |
| 12 | 木 | |
| 13 | 金 | シニア 14：00－15：30 |
| 14 | 土 | |
| 15 | 日 | |
| 16 | 月 | |
| 17 | 火 | 休　館　日 |
| 18 | 水 | |
| 19 | 木 | |
| 20 | 金 | |
| 21 | 土 | |
| 22 | 日 | |
| 23 | 月 | |
| 24 | 火 | 一　般 14：00－15：30 |
| 25 | 水 | |
| 26 | 木 | |
| 27 | 金 | |
| 28 | 土 | |
| 29 | 日 | |
| 30 | 月 | シニア 14：00－15：30 |

ご利用には動きやすい服装と室内用運動靴、汗拭きタオルが必要です。営業時間9:00-21:00