

大学の授業時間		1限	2限	昼休み	3限	4限	5限						
日	曜	施設名	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00
14	土	プール							初心者水泳教室 15:00～16:30 (注2)				
		マシンジム											
		トレーニングルーム											
		ミーティングルーム											
16	月	プール											
		マシンジム											
		トレーニングルーム				ダンスパフォーマンス 國寶先生 13:00～14:30							
		ミーティングルーム											
17	火	プール							大学水泳授業 14:40-16:10				
		マシンジム											
		トレーニングルーム											
		ミーティングルーム											
18	水	プール											
		マシンジム											
		トレーニングルーム	ダンスパフォーマンス 授業 國寶先生 10:40～12:10			エアロビクス&ピラティス授業 古木先生 13:00-16:10							
		ミーティングルーム											
19	木	プール							アクアエクササイズ 田中先生 14:40～16:10				
		マシンジム											
		トレーニングルーム	エアロビクス& コンディショニング 吉宇田先生 10:40～12:10			コンディショニング 吉宇田先生 13:00～14:30							
		ミーティングルーム											
20	金	プール											
		マシンジム	フィットネス授業 大串先生 10:40～12:10			コンディショニング 山本先生 13:00～14:30							
		トレーニングルーム							ヨガ&ピラティス 國寶先生 14:40～16:10				
		ミーティングルーム											

7 上表中、「(注1)」のある時間帯は、一般の利用者がある時は、1コース、(注2)は2コース空けます。

(注3)は、17:30までは1コース一般利用可能。

※備考

授業・水泳部などは休講・中止となる場合があります。最新の予定はトレーニングセンター窓口へお問い合わせください。

利用時間:月～金 10:00-20:00(受付終了19:30) 土 10:00-17:30(受付終了17時)

TEL03-3482-5790