

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	
22	土	プール				高校ライフセービング 13:00～15:00(注1)		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		チアリーダ一部 11:00-14:00										
		ミーティングルーム												
24	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												
25	火	プール						大学水泳授業 田中先生 14:40-16:10	中学水泳部 (注1)16:10-17:30					
		マシンジム				トレーニング授業 海老島先生 13:00-14:30								
		トレーニングルーム				トレーニング授業 海老島先生 13:00-14:30			チアリーダ一部 16:30-19:30					
		ミーティングルーム												
26	水	プール					高校 ライフセービング授業 13:15～15:15			大学 ライフセービング部 (注1)17:30～19:30				
		マシンジム												
		トレーニングルーム	ヨガ&ピラティス授業 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			スプリッツ 18:00～20:00						
		ミーティングルーム												
27	木	プール												
		マシンジム												
		トレーニングルーム	コンディショニング授業 吉宇田先生 10:40～12:10		エアロビクス&コンディ ショニング授業 吉宇田先生 13:00～14:30			パニエ 18:00～20:00						
		ミーティングルーム												
28	金	プール								大学 ライフセービング部 (注1)17:30～19:30				
		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授業 山本先生 13:00～14:30									
		トレーニングルーム				ダンスパフォーマンス 國寶先生 14:40～16:10								
		ミーティングルーム			女子タッチ 12:00- 13:00									

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