

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
18	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			チアリーダー部 11:00～14:00			ワンダーフォーゲル部 14:00～16:00		アメリカンフットボール部 16:00～17:00			
		ミーティングルーム			剣道部 12:00～14:00								
20	月	プール		中学水泳授業 10:30～11:30 (注1)			中学水泳授業 13:20～15:10 (注1)		高校水泳部 (注1) 15:30～17:30		大学水泳部 17:30～19:30		
		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											
21	火	プール		中学水泳授業 10:30～12:30(注1)				大学水泳授業 14:40～16:10		中学水泳部 16:10～17:30 (注1)			
		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			チアリーダー部 16:10～19:10			
		ミーティングルーム											
22	水	プール		中学水泳授業 11:30～12:30 (注1)			高校ライフセービング 授業 13:30～15:00(注1)				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		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										男子バスケット部 18:00～20:00	
23	木	プール						アクアエクササイズ 田中先生 14:40～16:10	高校水泳部 16:10～17:30 (注1)		大学水泳部 17:30～19:30		
		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											
24	金	プール	中学水泳授業 9:30～11:30 (注1)						中学水泳部 (注1) 15:30～17:30		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 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											

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