

10月 健康づくりルーム予定表						
日	月	火	水	木	金	土
★はぴねすタイム★ 8日 10:00～ ボールを使ったストレッチ&筋トレ 21日 14:30～ ストレッチ&筋トレ 			12:30～13:30 お昼休みとして 休館	1 9:00～18:00	2 9:00～18:00	3 9:00～18:00
4 休館日	5 9:00～18:00	6 9:00～18:00 講習10:30～	7 9:00～21:00	8 9:00～18:00 はぴねすタイム 10:00～	9 9:00～18:00	10 9:00～18:00 講習10:30～
11 休館日	12 9:00～18:00	13 9:00～18:00	14 9:00～21:00	15 9:00～18:00	16 9:00～18:00 講習10:30～	17 9:00～18:00
18 休館日	19 9:00～18:00	20 9:00～18:00	21 9:00～21:00 はぴねすタイム 講習 19:00～	22 9:00～18:00	23 9:00～18:00	24 9:00～18:00
25 休館日	26 9:00～18:00	27 9:00～18:00	28 9:00～21:00	29 9:00～18:00	30 9:00～18:00	31 9:00～18:00