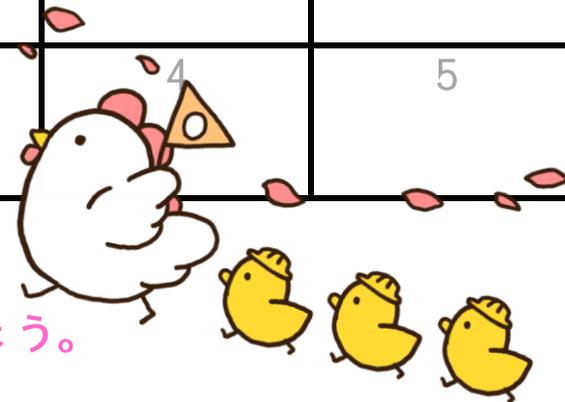


# 2025年 3月 トレーナー勤務日程表

千葉市幕張勤労市民プラザ

日	月	火	水	木	金	土
23	24	25	26	27	28	1 9:00~11:45
2	3 9:00~11:45	4 9:00~11:45	5	6 15:00~18:00	7	8 9:00~11:45
9	10 休館日	11 9:00~11:45	12	13 15:00~18:00	14 9:00~11:45	15
16	17 9:00~11:45	18 9:00~11:45	19	20 15:00~18:00	21 9:00~11:45	22
23	24 9:00~11:45	25 9:00~11:45	26	27 15:00~18:00	28	29 9:00~11:45
30	31 9:00~11:45	1	2	3	4	5



寒かった日々から、だんだんと日中も暖かい日が増えてきました。

花粉症の方はつらい季節です！バランスのよい食事を心がけましょう。

※トレーナー在室日は予告なく変更になる場合があります。