



1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
28 	29 	30 	31 Happy New Year 	1 年末年始 休館	2 年末年始 休館	3 年末年始 休館
4	5 9:00～11:45	6 9:00～11:45	7	8 15:00～18:00	9 9:00-11:45	10
11	12	13 休館日	14	15 15:00～18:00	16 9:00-11:45	17
18	19 9:00～11:45	20 9:00～11:45	21	22 15:00～18:00	23	24 9:00-11:45
25	26 9:00-11:45	27 9:00-11:45	28	29 15:00～18:00	30 9:00-11:45	31

2026年1月3日まで、年末年始休館に伴い
トレーニング室もご利用いただけません。

食べ過ぎ飲みすぎに注意しましょう😊

※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。

