



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

天気の崩れやすいこの季節、
雨が続くと家から出ることも少なくなりがちです。
運動不足にならないように、身体を動かすことを心がけていきましょう。
※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。

