

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

まだまだ熱のこもる日が続きます。

日中の暑い時間帯だけでなく、引き続き熱中症に気を付けながら

水分・塩分補給を心がけましょう。

※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。

