

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

11月16日はボジョレーヌーヴォー解禁日！

秋の実りもおいしい季節ですが、食べ過ぎ、飲みすぎにも

気を付けながらたのしめるよう心がけましょう！

※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。

