

	日	月	火	水	木	金	土
日					1	2	3
時間					9:00～12:00		9:00～21:30
					17:30～21:30		
日	4	5	6	7	8	9	10
時間	9:00～17:30			基礎コース			9:00～21:30
		13:00～21:30		13:00～21:30			
				17:30～21:30			
日	11	12	13	14	15	16	17
時間	9:00～17:30	9:00～17:30		9:00～12:00	9:00～12:00		心電図等コース
							13:00～21:30
				17:30～21:30	17:30～21:30		
日	18	19	20	21	22	23	24
時間	9:00～17:30	館内清掃	9:00～12:00	9:00～21:30			基礎コース
							13:00～21:30
			17:30～21:30				
日	25	26	27	28	29	30	31
時間				9:00～21:30	9:00～21:30	9:00～21:30	9:00～21:30
		13:00～21:30					

自主トレーニングのできる時間

自主トレーニングのできない時間