

4月

CJグループ予定表

時間	バス	日付	予定
OFF		1 木	
OFF		2 金	
OFF		3 土	
OFF		4 日	
18:00~19:30	○	5 月	
18:15~19:30	○	6 火	
休館日		7 水	
18:00~19:30	○	8 木	
18:15~19:30	○	9 金	
9:00~10:30	×	10 土	
OFF		11 日	
18:00~19:30	○	12 月	
18:15~19:30	○	13 火	
休館日		14 水	
18:00~19:30	○	15 木	
18:15~19:30	○	16 金	
9:00~10:30	×	17 土	
OFF		18 日	
18:00~19:30	○	19 月	
18:15~19:30	○	20 火	
休館日		21 水	
18:00~19:30	○	22 木	
18:15~19:30	○	23 金	
9:00~10:30	×	24 土	
OFF		25 日	
18:00~19:30	○	26 月	
18:15~19:30	○	27 火	
休館日		28 水	
OFF		29 木	昭和の日
18:15~19:30	○	30 金	

[備考]
 長期休講が3月28(土)~4月5日(日)まであります。自主トレーニングを行いましょう！ 腹筋30回・背筋30回・腕立て30回×3セット

西暦	2021
月	4

適合手帳用紙サイズ:縦約210mm×横

∅148mm

