



HACHIOJI TOKYO

GYM SCHEDULE

	[月] MON		[火] TUE		[水] WED		[木] THU		[金] FRI		[土] SAT		[日] SUN	
	7:00 OPEN		7:00 OPEN		7:00 OPEN		7:00 OPEN		7:00 OPEN		9:00 OPEN		9:00 OPEN	
	無料	有料	無料	有料	無料	有料	無料	有料	無料	有料	無料	有料	無料	有料
7:00														
8:00														
9:00	初心者説明会		初心者説明会		初心者説明会		初心者説明会		初心者説明会					
10:00	初心者説明会		初心者説明会		初心者説明会		初心者説明会		初心者説明会				初心者説明会	初心者説明会
11:00	ビギナーサポート		ビギナーサポート		ビギナーサポート		ビギナーサポート		ビギナーサポート		ビギナーサポート		ビギナーサポート	ビギナーサポート
12:00	初心者説明会	個別にご相談ください	初心者説明会	個別にご相談ください	初心者説明会	個別にご相談ください	初心者説明会	個別にご相談ください	初心者説明会	個別にご相談ください	初心者説明会		初心者説明会	初心者説明会
13:00	初心者説明会		初心者説明会		初心者説明会		初心者説明会		初心者説明会		初心者説明会		初心者説明会	初心者説明会
14:00	初心者説明会		初心者説明会		初心者説明会		初心者説明会		初心者説明会		初心者説明会		初心者説明会	初心者説明会
15:00	初心者説明会		初心者説明会		初心者説明会		初心者説明会		初心者説明会		初心者説明会		初心者説明会	初心者説明会
16:00	初心者説明会	プライベートトレーニング	初心者説明会	プライベートトレーニング	初心者説明会	プライベートトレーニング	初心者説明会	プライベートトレーニング	初心者説明会		初心者説明会		初心者説明会	初心者説明会
17:00	ビギナーサポート		ビギナーサポート		ビギナーサポート		ビギナーサポート		ビギナーサポート		ビギナーサポート		ビギナーサポート	ビギナーサポート
18:00	初心者説明会	プライベートトレーニング	初心者説明会	プライベートトレーニング	初心者説明会	プライベートトレーニング	初心者説明会	プライベートトレーニング	初心者説明会		初心者説明会		初心者説明会	初心者説明会
19:00	初心者説明会		初心者説明会		初心者説明会		初心者説明会		初心者説明会		初心者説明会		初心者説明会	初心者説明会
20:00	ビギナーサポート	プライベートトレーニング	ビギナーサポート	プライベートトレーニング	ビギナーサポート	プライベートトレーニング	ビギナーサポート	プライベートトレーニング	ビギナーサポート		初心者説明会		初心者説明会	初心者説明会
21:00	初心者説明会		初心者説明会		初心者説明会		初心者説明会		初心者説明会		初心者説明会		初心者説明会	初心者説明会
22:00														
23:00														

営業時間のお知らせ

月～金曜日 7:00～23:30
 土曜日 9:00～23:30
 日曜日・祝日 9:00～20:00
 毎月第3日曜日休館日

※スケジュールは、都合により変更する場合がございますので予めご了承下さい。

- 初心者説明会** ★初回から6回目まで、トレーニングや栄養などフィットネスの基本をご案内させて頂く時間です。
- ビギナーサポート** ★初心者説明会を修了された方を対象に、お一人でトレーニングするのが不安な方にお集まり頂き、サポートさせて頂く時間です。
- オリジナルサポート** ★個別メニュー実施中の方を対象に、不明な点やメニュー変更などの疑問をおたずね頂き、サポートさせて頂く時間です。
- プライベートトレーニング** ★プライベートトレーナー資格を保有するトレーナーが、マンツーマンまたはグループでしっかり指導させて頂くプログラムです。(有料)