とらい体操クラブ　Nov　11

sun	mon	tue	wed	thu	fri	sat
			1	2	3	4
◇5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
◇19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	○29	○30		

※○印はお休みです。※◇印は Open Gym です。

2023

OpenGym について

クラブの器具を自由にご利用いただけるオープンジムを日曜日に行っています。会員外の方も大歓迎です。予約は、ホームページからできます。多くの皆様のご参加をお待ちしております。

体調管理に気を付けましょう

少しずつ肌寒い季節になってきました。手洗いうがいをこまめに行い体調管理をしっかりしましょう。