

パーソナルトレーニングスケジュール

2026/4/1~

		月曜日			火曜日			水曜日				金曜日			土曜日	日曜日
10:10																
40	パーソナル トレーニング or SHORT 石原トレーナー				パーソナル トレーニング or SHORT 森Tr			or SHORT 青木Tr							パーソナル トレーニング or SHORT 青木Tr	パーソナル トレーニング or SHORT 森Tr
11:00		パーソナル トレーニング or SHORT 青木Tr						パーソナル トレーニング or SHORT 森Tr					パーソナル トレーニング or SHORT 森Tr			
30	SHORT 石田Tr				パーソナル トレーニング or SHORT 青木Tr			パーソナル トレーニング or SHORT 森Tr					パーソナル トレーニング or SHORT 森Tr			
12:00																
30	SHORT 石原Tr	パーソナル トレーニング or SHORT 青木Tr						パーソナル トレーニング or SHORT 青木Tr					パーソナル トレーニング or SHORT 森Tr		パーソナル トレーニング or SHORT 石原トレーナー	
13:00					パーソナル トレーニング or SHORT 森Tr	パーソナル トレーニング or SHORT 石原トレーナー					SHORT 石田Tr					パーソナル トレーニング or SHORT 森Tr
30	パーソナル トレーニング or SHORT 森Tr												SHORT 森Tr	SHORT 石原Tr	パーソナル トレーニング or SHORT 森Tr	
14:00					パーソナル トレーニング or SHORT 青木Tr											
30	パーソナル トレーニング or SHORT 森Tr												パーソナル トレーニング or SHORT 青木Tr	パーソナル トレーニング or SHORT 森Tr		SHORT 篠田Tr
15:00		パーソナル トレーニング or SHORT 森Tr	パーソナル トレーニング or SHORT 間々田Tr			パーソナル トレーニング or SHORT 森Tr		パーソナル トレーニング or SHORT 青木Tr			SHORT 渡辺Tr					SHORT 篠田Tr
30	パーソナル トレーニング or SHORT 森Tr	パーソナル トレーニング or SHORT 青木Tr			SHORT 青木Tr	パーソナル トレーニング or SHORT 森Tr										
16:00					パーソナル トレーニング or SHORT 青木Tr	パーソナル トレーニング or SHORT 森Tr		パーソナル トレーニング or SHORT 森Tr	SHORT 間々田Tr						パーソナル トレーニング or SHORT 石原トレーナー	パーソナル トレーニング or SHORT 森Tr
30	パーソナル トレーニング or SHORT 森Tr												パーソナル トレーニング or SHORT 青木Tr	パーソナル トレーニング or SHORT 森Tr		
17:00					パーソナル トレーニング or SHORT 青木Tr	パーソナル トレーニング or SHORT 森Tr		パーソナル トレーニング or SHORT 青木Tr	パーソナル トレーニング or SHORT 石原トレーナー	パーソナル トレーニング or SHORT 豊蔵Tr	パーソナル トレーニング or SHORT 渡辺Tr					
30													パーソナル トレーニング or SHORT 青木Tr			
18:00		パーソナル トレーニング or SHORT 青木Tr														
30	パーソナル トレーニング or SHORT 石原トレーナー							パーソナル トレーニング or SHORT 森Tr						パーソナル トレーニング or SHORT 森Tr		
19:00		パーソナル トレーニング or SHORT 青木Tr														
30	パーソナル トレーニング or SHORT 石原トレーナー	パーソナル トレーニング or SHORT 青木Tr						パーソナル トレーニング or SHORT 森Tr								
20:00																
30	パーソナル トレーニング or SHORT 石原トレーナー	パーソナル トレーニング or SHORT 青木Tr						パーソナル トレーニング or SHORT 森Tr						パーソナル トレーニング or SHORT 森Tr		
21:00								SHORT 森Tr								