

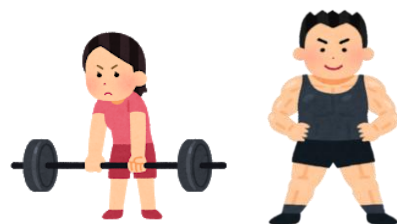
# トレーニング室 営業日時のご案内

2022年 **10月**

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
						1 9:30~20:30
2 9:00~17:00	3 9:30~20:30	休業日	5 9:30~20:30	6 9:30~20:30	7 9:30~20:30	8 9:30~20:30
9 9:00~17:00	(祝)10 9:00~17:00	休業日	12 9:30~20:30	13 9:30~20:30	14 9:30~20:30	15 9:30~20:30
16 9:00~17:00	17 9:30~20:30	休業日	19 9:30~20:30	20 9:30~20:30	21 9:30~20:30	22 9:30~20:30
23/30 9:00~17:00	24/31 9:30~20:30	休業日	26 9:30~20:30	27 9:30~20:30	28 9:30~20:30	29 9:30~20:30

※イベントによっては、駐車場が大変混雑する場合があります。

- 1日 岐阜県中学生新人陸上競技大会
- 2日 明治安田生命J3リーグ第27節 FC岐阜×福島ユナイテッドFC
- 8日 岐阜清流レクリエーションフェスティバル2022 ミナレク広場in岐阜
- 9日 明治安田生命J3リーグ第28節 FC岐阜×カタレ富山
- 10日 岐阜県パラスポーツ大会 秋季ドリームスポーツ大会
- 15・16・22・23日 東海毎日ジュニア選手権 岐阜県予選会
- 23日 明治安田生命J3リーグ 第30節 FC岐阜×アスクラロ沼津
- 29・30日 東海高等学校新人陸上競技選手権大会



**トレーニング室利用料金340円で  
無料ストレッチ受講できます！！**

日時：10月6日(木)より毎週木・金曜日開催

木(6・20・27日) 12:30~13:00 定員5名

金(7・14・21・28日) 13:00~13:30 定員5名

内容：筋トレや有酸素運動の前に、有効な30分間のストレッチを行います。

残りの時間はトレーニング室利用が可能になります。

定員：各時間帯につき5名まで ※電話にて要予約

場所：岐阜メモリアルセンター トレーニング室