

令和5年度 三春町営ジム「マチトレ」 開館日カレンダー

4 April

日	月	火	水	木	金	土
						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						

5 May

日	月	火	水	木	金	土
	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	31			

6 June

日	月	火	水	木	金	土
				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	

7 July

日	月	火	水	木	金	土
						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	31					

8 August

日	月	火	水	木	金	土
		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	31		

9 September

日	月	火	水	木	金	土
					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

10 October

日	月	火	水	木	金	土
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	31				

11 November

日	月	火	水	木	金	土
			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		

12 December

日	月	火	水	木	金	土
					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
31						

1 January

日	月	火	水	木	金	土
	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	31			

2 February

日	月	火	水	木	金	土
				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			

3 March

日	月	火	水	木	金	土
					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
31						

三春町営ジム「マチトレ」ご利用案内

□開館時間 9:30～12:30 , 13:00～16:00

□5月・6月分 開館カレンダー

* 町ホームページに掲載



5 May						
日	月	火	水	木	金	土
	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	31			

6 June						
日	月	火	水	木	金	土
				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	

6月は成人けんしん実施のため、マチトレ利用が制限される日が多くなって
おります。ご不便をおかけしますが、開館時間等ご注意の上ご利用ください。

□開館日等種別

	種 別
**	…開館日（全館）
**	…開館日（1日トレーニング室のみ）
**	…開館日（午後トレーニング室のみ）
**	…開館日（1日トレーニング室、午後 機能訓練室）
	…トレーナー来館日
**	…閉館日

□館内名称

トレーニング室

筋力トレーニングマシンやエアロバイク
を使って運動をするエリア

機能訓練室

ビデオプログラムをテレビ視聴し運動
をするエリア

□トレーナー来館日について

月曜（9:30～10:30）新規利用者登録会、（11:00～12:00）集団レッスン 定員20名

金曜（13:00～14:00）新規利用者登録会、（14:30～15:30）集団レッスン 定員20名

※登録会の実施中は、一般利用が制限される場合がありますのでご了承ください。

※集団レッスンは開始15分前からチケット配布による定員制となります。

□駐車場についての注意事項

マチトレ開館と別事業が重なる日や満車の場合は、役場西側の第1駐車場のご利用にご協力ください。

5月	19日	金	午前	親子あそび教室
	24日	水	午後	乳幼児健診
6月	14日	水	1日	乳がん検診
	21日	水	午後	乳幼児検診