

## 令和7年11月以降の区民館別トレーニング室利用可能時間

利用可能時間は、トレーナーがいる時間帯のみになります。

受付にて利用15分前から鍵のお渡しを開始します。

利用可能時間内の入退室は自由ですが、鍵のお渡しは定員を上限としますので、空きがでるまでお待ちいただく場合があります。

|                     |    | 月           | 火           | 水           | 木           | 金           | 土           |
|---------------------|----|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| 台東一丁目区民館<br>(定員12名) | 午前 | 9:15~12:00  |             |             |             | 9:15~11:30  |             |
|                     | 午後 | 13:00~15:30 |             |             |             |             |             |
|                     | 夜間 |             |             |             | 18:15~20:30 |             | 18:15~20:30 |
| 上野区民館<br>(定員14名)    | 午前 | 10:15~13:00 |             |             |             | 10:15~13:00 |             |
|                     | 午後 | 14:00~16:30 |             |             |             | 14:00~16:30 |             |
|                     | 夜間 |             |             | 17:15~20:30 |             |             |             |
| 金杉区民館<br>(定員10名)    | 午前 |             | 10:15~12:30 |             | 10:15~13:00 |             |             |
|                     | 午後 |             |             | 14:15~16:30 | 14:00~16:00 |             |             |
|                     | 夜間 |             |             |             | 18:30~20:00 |             |             |
| 谷中区民館<br>(定員10名)    | 午前 | 10:15~12:30 | 9:15~12:00  |             | 10:15~12:30 |             |             |
|                     | 午後 | 13:30~15:30 | 13:00~16:30 |             | 13:30~16:30 |             |             |
|                     | 夜間 |             |             |             | 17:00~20:00 |             |             |
| 浅草橋区民館<br>(定員13名)   | 午前 |             |             | 10:15~13:00 |             | 10:15~13:00 |             |
|                     | 午後 |             |             | 14:00~16:30 |             | 14:00~16:30 |             |
|                     | 夜間 |             | 18:15~20:30 |             |             |             |             |
| 寿区民館<br>(定員14名)     | 午前 |             |             | 9:15~13:00  |             |             |             |
|                     | 午後 |             |             | 14:00~17:30 |             | 13:15~16:30 |             |
|                     | 夜間 | 17:15~20:30 |             |             | 17:15~20:30 |             |             |
| 雷門区民館<br>(定員12名)    | 午前 | 9:15~12:00  |             | 9:15~12:00  |             | 9:15~11:45  |             |
|                     | 午後 | 13:00~15:45 |             | 13:00~15:45 |             |             |             |
|                     | 夜間 |             |             |             |             | 17:45~20:15 |             |