

## BASEBALL ONE一宮ベースボールジム時間割表

時/日	月	火	水	木	金
17:00	コーディネーション トレーニング PT予約可	コーディネーション トレーニング PT予約可	コーディネーション トレーニング PT予約可	コーディネーション トレーニング PT予約可	パーソナル トレーニング
18:00	体幹・股関節 トレーニング PT予約可	バッティング トレーニング PT予約可	走力アップ トレーニング PT予約可	体幹・股関節 トレーニング PT予約可	パーソナル トレーニング
19:00	バッティング トレーニング PT予約可	ピッチング トレーニング PT予約可	バッティング トレーニング PT予約可	走力アップ トレーニング PT予約可	パーソナル トレーニング
20:00	走力アップ トレーニング PT予約可	体幹・股関節 トレーニング PT予約可	ピッチング トレーニング PT予約可	ピッチング トレーニング PT予約可	パーソナル トレーニング
21:00	パーソナルトレーニング	パーソナルトレーニング	パーソナルトレーニング	パーソナルトレーニング	パーソナル トレーニング

※ グループトレーニングは月曜日～木曜日の各プランの時間割の中からお選び下さい。

※ PT⇒パーソナルトレーニング

※ コーディネーショントレーニングは小学校1年生～小学4年生までのプランです。

※ 各プランのグループトレーニングは小学5年生以上が対象です。

※ パーソナルトレーニングは小学1年生からご利用可能です。

※ セルフトレーニングはお好きな時間にお越しいただきご利用下さい。

※ 混雑時には入場制限を行わせていただく場合がございます。

お問合せ、ご予約の際にはお電話またはメールにてご連絡くださいませ。

**TEL 052-629-4313 Mail bbgymichi@bb-one.jp**

