12月度　曜日・時間帯別混雑状況目安表

時間帯 曜日	9-10時	10-11時	11-12時	12-13時	13-14時	14-15時	15-16時	16-17時	17-18時	18-19時	19-20時	20-21時
火												
水												
木												
金												
土												
日												

かなり混雑	混雑	普通	やや空いている	空いている

※あくまでもデータ上の数値となりますので必ずしも実際の混雑状況が一致する訳ではありません。
※午前中はマシンエリア、夜間はフリーウェイトエリアが混雑する傾向があります。

密を避けて安全にトレーニングを行いましょう！！

長居トレーニングセンター