# 11月ランニングコース
# ご利用について

**ランニングコースのご利用可能日は、次のとおりです。**
**なお、行事変更等によりやむを得ずランニングコースができない場合がありますので、あらかじめご了承ください。**

**（ お問い合わせ：011-820-1703 ）**

【受付方法】
・ランニングコースの受付は、１階 **総合案内カウンター** です。
（トレーニング室利用の方は、総合案内カウンターでの受付は不要です）
・最終受付は、ランニングコース終了時間の **１時間前** です。

【表の見方】

| マーク | | 利用時間 |
|---|---|---|
| ○ | | 9：00～21：00（通常） |
| △ | ・13：00から | 13：00～21：00 |
| △ | ・13：00まで | 9：00～13：00 |
| △ | ・17：00から | 17：00～21：00 |
| × | | ご利用いただけません |

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 7 | 8 | 9 △ 13:00まで | 10 △ 17:00から | 11 ○ | 12 △ 13:00まで |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 休館日 | 22 | 23 | 24 ○ | 25 | 26 |
| 27 | 28 休館日 | 29 | 30 △ 17:00から | | | |
| | | | | | | |

☆ご注意下さい！！
・ご利用時間は最長2時間までです。
・センターラインの右側はランニング、左側はウォーキング・ジョギングの走路です。
・コースをふさぐように横に並んでの利用は、危険ですのでおやめください。
・コースにつばやタンを吐くのは絶対におやめください。

北海道立総合体育センター（北海きたえーる）