

令和8度8月～11月 フィットネス・ピラティス予定表

・・・休館日

・・・祝日

・・・開催日

8 August

2026

月	火	水	木	金	土	日
					1	2
3	4	5	6 P	7	8	9
10 休館	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20 F・P	21	22	23
24 休館	25	26	27 F・P	28	29	30

※8/6のフィットネス体操はお休みさせていただき、
ピラティスのみ開催いたします。

F フィットネス体操・・・10：00～11：00

P ピラティス・・・11：15～12：30

参加費：各300円／回 ※フィットネス体操・ピラティス兼用のお得な回数券（3,000円）もございます。
持ち物：動きやすい服装で来ていただき、

フィットネス体操・・・室内用運動シューズ、ヨガマット

ピラティス・・・ヨガマット を、お持ちください。

9 September

2026

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3 F・P	4	5	6
7	8	9	10 F・P	11	12	13
14 休館	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24 F・P	25	26	27
28 休館	29	30				

10 October

2026

月	火	水	木	金	土	日
			1 F・P	2	3	4
5	6	7	8 F・P	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22 F・P	23	24	25
26 休館	27	28	29 F・P	30	31	

※10/15は、陸上競技場公園で青空ヨガを開催予定
です。詳細は決定次第お知らせいたしますので、
お楽しみに★



◎会場の都合により、スケジュールが変更となる場合がございます。
最新の情報はHPをご確認ください。

11 November

2026

月	火	水	木	金	土	日
						1
2	3	4	5	6	7	8
9 休館	10	11	12 F・P	13	14	15
16	17	18	19 F・P	20	21	22
23	24	25	26 F・P	27	28	29
30 休館						

HPIはこちら



三郷市総合体育館 ☎048-953-6121