令和8年度12月 フィットネス・ピラティス予定表

※１月以降のスケジュールにつきましては、確定次第お知らせいたします。

・・・休館日　　・・・開催日

12 December 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 F・P	18	19	20
21	22	23	24 F	25	26	27
28 休館	29 休館	30 休館	31 休館			

※12/24はピラティスはお休みいたします。
フィットネス体操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。

◎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。

HPはこちら→

三郷市総合体育館　☎048-953-6121