



令和8年度4月～7月 フィットネス・ピラティス予定表

・・・休館日
 ・・・祝日
 ・・・開催日

4 April

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

5 May

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

6 June

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

7 July

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

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

