

7～9月期 レスミルズ開催スケジュール



●曜日・時間 **毎週月・木 ①19:00～19:40 ②20:20～21:00**

※1日2回開催しています ※開始20分前から受付開始

●対象 18歳以上（高校生は除く）

●参加料 **1回 600円**（「レスミルズ」利用券を1階受付窓口横の券売機で購入）

※券売機が売り切れとなり次第締め切らせていただきます。

●会場 **ほねごりアリーナ（北総合体育館） 2F多目的室・3Fフィットネールム**

●持ち物 運動できる服装、室内シューズ、タオル、飲み物

●参加方法 **利用券を会場の受付に提出してください！！**

単発のご参加也大歓迎です！ぜひ1回体験してみてください！！

7

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

8

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

9

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

開催日 2F多目的 ☆3Fフィットネールム

休館日

※施設の利用状況等により、開催時間の変更または中止になる場合がございます。