

レスミルズ 開催スケジュール



時	間	19:00~19:40	20:20~21:00
		1日2回開催しています	開始20分前から受付開始
定	員	30名	券売機が売切になり次第締め切らせていただきます。
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）
会	場	ほねごりアリーナ（北総合体育館）	2F多目的室・3Fフィットネスクーム
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いただきます！！	

1

2026

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

2

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

3

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				

開催日

2F多目的

3Fフィットネスクーム

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。