

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フィットネスルーム

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！！

4 2025

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			

5

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

6

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フィットネスルーム



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。