

出雲

出雲だんだんとまとアリーナ広報誌 出雲ネクストプレス 《2025 秋・創刊号》

NEXT PRESS

出雲ネクストプレス

創刊号

秋

2025
autumn

活動報告

個人開放
開催しました!



今回の体験フェスティバル以外の子ども～大人向けの教室も設定中!来年度からのNew教室!

第2回ミズノ杯
島根県ホープス卓球大会を
開催しました!



出雲だんだん🍎アリーナ

出雲だんだんとまとアリーナ(出雲市総合体育館)
〒693-0073 島根県出雲市西林木町207-1

TEL 0853-21-0001



▶ 駐車場について ◀ 収容台数411台

普通車 327台、軽自動車 84台、
大型バス 10台、車いす使用者駐車場 5台

※施設の閉館時間は駐車場出入り口を閉鎖いたします。
※車の出入りはバイパス側をご利用ください。

<https://shisetsu.mizuno.jp/m-7328>

駐車料
無料

【施設ホームページ】



【Instagram】



@IZUMO_ARENA

出雲だんだん
とまとアリーナ



出雲だんだんとまとアリーナ 施設・スクール紹介!



トレーニングジム

無人のトレーニングジムがあります!

人目を気にすることなくご自分のペースでトレーニングしていただけます。

一般の方は1回2時間500円、中学生・高校生・65歳以上の方は1回2時間300円でご利用いただけます。

その他回数券・定期券もございますので、詳細はHPをご覧ください。

※初回はご予約が必要です



初めての方は/
前日までに
要予約

ホームページから
ご予約できます!

ご利用料金表

65歳以上	}	300円/2時間
中学生		
高校生		
一般		500円/2時間

その他、回数券・1ヵ月定期券のご利用でさらにお得!



スープリュームビジョン



トレッドミル

初めてトレーニングジムをご利用の方は、初回登録講習会の受講が必須となります。

バーチャルフィットネス

**スタジオのプロジェクターから
大画面に映し出された
臨場感満載の映像レッスン**

平日のみ
**1回
200円**

世界最大の
フィットネス
プログラム!

世界最大規模のフィットネスプログラムカンパニーである「ラディカルフィットネス社」が提供する、映像でのフィットネスです。スタジオのプロジェクターから大画面に映し出された、臨場感満載のレッスンをご提供しています。

平日のみ開催で1回200円でご利用いただけます。

その他月額制度や無料プログラムもありますので詳細はHPをご覧ください。



各種スクール紹介

子どもから大人まで、または親子でも参加できます!
無料体験もチェックしてください!

ただいま
会員
募集中!!

詳しくはホームページで!

子ども向けプログラム

卓球教室(初級Jr)

キッズ運動教室

親子de運動あそび教室 **無料!**

スポーツ障害予防ワークショップ **無料!**

キッズプレイパーク **無料!**

HIPHOP教室 (feat. studio I AM)

ボール運動教室

親子あそびパーク

テニス教室

0才からの親子ふれあい広場 **無料!**



キッズ
運動教室



ボール遊び
教室



HIPHOP
教室



親子遊び
パーク

大人向けプログラム

卓球教室(ラージボール)

バドミントン教室

ZUMBA®

ZUMBA GOLD®

クリパルヨガ教室

Style7~7つのポイントで身体を整える~

ノビ伸び体操

LaLaLaCircuit(ラララサーキット)

バーチャルフィットネス

ショートエクササイズ&ストレッチ **無料!**

ボディーケア体験会 **無料!**

コミュニティストレッチ **無料!**

ローラーピラティス

骨格から整えるピラティス

60歳からの腰痛予防教室



バドミントン
教室



クリパル
ヨガ



ラララ
サーキット



伸びノビ
教室

その他、各種教室、季節
ごとの楽しいイベント
などの開催を予定して
おります。お気軽にお
問い合わせください!

INFORMATION

体験のお申込みについて

要予約

各スクール体験には定員がございますので、あらかじめお申込みください。
右記のコードからお申込みいただけます。なお、定員に達していないスクール
については当日の参加申込でも体験していただける場合がございます。



▲スクール一覧へ

INFORMATION

11月15日から令和8年度の年間予約調整の
申し込みが始まります。
詳しくはHPをご覧ください



【施設ホームページ】

各種お問い合わせなど詳しくはHPへ

出雲だんだん●アリーナ

イベントカレンダー

日 付	イベント内容
11月19日(水)	休館日
22日(土)	個人参加型バスケットボール交流会
30日(日)	苦手克服スポーツ塾
12月20日(土)	ララサーキット体験会
21日(日)	第4回親子de運動あそび教室
12月30日(火) ～1月2日(金)	休館日
1月 3日(土)	新春バドミントン初打ちイベント ピククルボール個人開放
21日(水)	休館日
25日(日)	第6回個人開放
2月14日(土)	第2回ミズノ杯一般男女混合6人制バレーボール大会
15日(日)	第7回個人開放
3月15日(日)	第5回親子de運動あそび教室
18日(水)	休館日
21日(土)	ミズノ走り方教室
29日(日)	出雲だんだんとまとアリーナ2周年記念イベント



お知らせ

**バーベキューサイト
予約受付中!**



お持ちいただくのは食材のみで
お気軽にご利用いただけます。



アリーナ横の「憩いの広場」では本格的なバーベキューが楽しめます！広々とした開放感のあるバーベキューサイトは全13サイト。会社の仲間や、自治会の皆さままでわいわい楽しめる空間となっていますので、ぜひご利用ください。

(詳しくは出雲だんだんとまとアリーナ施設ホームページをご覧ください)

【施設ホームページへ】