

2025年度 出雲市総合体育館 ローラーピラティス

 = 休館日 (奇数月 第3水曜日 ※祝日の場合は翌日を休館日とする)
 開催日

2025	4 April							2025	5 May							2025	6 June						
月	火	水	木	金	土	日		月	火	水	木	金	土	日		月	火	水	木	金	土	日	
		1	2	3	4	5	6				1	2	3	4								1	
7	8	9	10	11	12	13		5	6	7	8	9	10	11		2	3	4	5	6	7	8	
14	15	16	17	18	19	20		12	13	14	15	16	17	18		9	10	11	12	13	14	15	
21	22	23	24	25	26	27		19	20	21	22	23	24	25		16	17	18	19	20	21	22	
28	29	30						26	27	28	29	30	31			23	24	25	26	27	28	29	
																30							

2025	7 July							2025	8 August							2025	9 September						
月	火	水	木	金	土	日		月	火	水	木	金	土	日		月	火	水	木	金	土	日	
		1	2	3	4	5	6					1	2	3		1	2	3	4	5	6	7	
7	8	9	10	11	12	13		4	5	6	7	8	9	10		8	9	10	11	12	13	14	
14	15	16	17	18	19	20		11	12	13	14	15	16	17		15	16	17	18	19	20	21	
21	22	23	24	25	26	27		18	19	20	21	22	23	24		22	23	24	25	26	27	28	
28	29	30	31					25	26	27	28	29	30	31		29	30						

2025	10 October							2025	11 November							2025	12 December						
月	火	水	木	金	土	日		月	火	水	木	金	土	日		月	火	水	木	金	土	日	
			1	2	3	4	5						1	2		1	2	3	4	5	6	7	
6	7	8	9	10	11	12		3	4	5	6	7	8	9		8	9	10	11	12	13	14	
13	14	15	16	17	18	19		10	11	12	13	14	15	16		15	16	17	18	19	20	21	
20	21	22	23	24	25	26		17	18	19	20	21	22	23		22	23	24	25	26	27	28	
27	28	29	30	31				24	25	26	27	28	29	30		29	30	31					

2026	1 January							2026	2 February							2026	3 March						
月	火	水	木	金	土	日		月	火	水	木	金	土	日		月	火	水	木	金	土	日	
			1	2	3	4							1									1	
5	6	7	8	9	10	11		2	3	4	5	6	7	8		2	3	4	5	6	7	8	
12	13	14	15	16	17	18		9	10	11	12	13	14	15		9	10	11	12	13	14	15	
19	20	21	22	23	24	25		16	17	18	19	20	21	22		16	17	18	19	20	21	22	
26	27	28	29	30	31			23	24	25	26	27	28			23	24	25	26	27	28	29	
																30	31						

講師：高橋先生
 時間：14:10~14:50
 場所：多目的室A