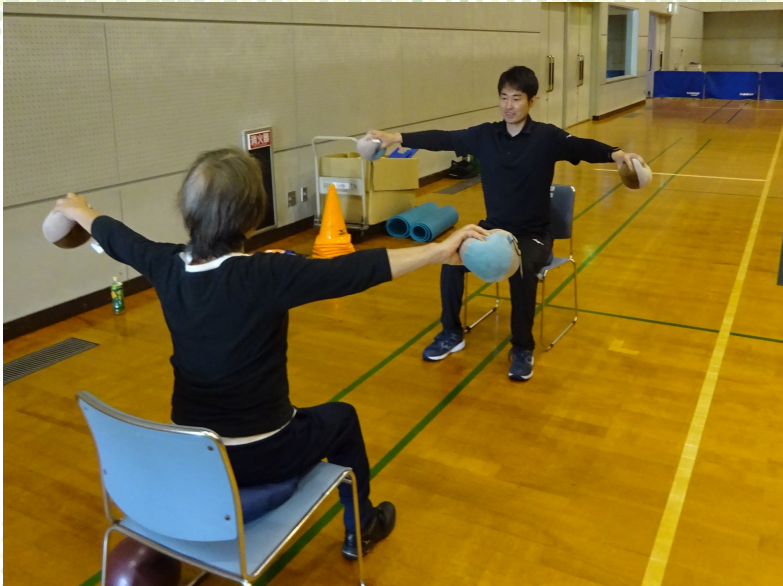


いろいろな道具を使って楽しく簡単！

ミズノグッズエクササイズ

参加者募集！！



火曜日：13：00～14：00

場所 ■ 富津市総合社会体育館
メインアリーナ

定員 ■ 先着10名

対象者 ■ 16歳以上の方
参加費 ■ 500円(税込)

内容 ■ トレーニンググッズを使用し
楽しくトレーニングを行います

2025年度グッズエクササイズ年間カレンダー

20254April <table><tr><td>日</td><td>月</td><td>火</td><td>水</td><td>木</td><td>金</td><td>土</td></tr><tr><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td></tr><tr><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td></tr><tr><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td></tr><tr><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td></td><td></td><td></td></tr></table>	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				20255May <table><tr><td>日</td><td>月</td><td>火</td><td>水</td><td>木</td><td>金</td><td>土</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr><tr><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td></tr><tr><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td></tr><tr><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td></tr><tr><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td></tr></table>	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	20256June <table><tr><td>日</td><td>月</td><td>火</td><td>水</td><td>木</td><td>金</td><td>土</td></tr><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td></tr><tr><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td></tr><tr><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td></tr><tr><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td></tr><tr><td>29</td><td>30</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>	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						20257July <table><tr><td>日</td><td>月</td><td>火</td><td>水</td><td>木</td><td>金</td><td>土</td></tr><tr><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td></tr><tr><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td></tr><tr><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td></tr><tr><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td><td></td><td></td></tr></table>	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			20258August <table><tr><td>日</td><td>月</td><td>火</td><td>水</td><td>木</td><td>金</td><td>土</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td></td></tr><tr><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td></tr><tr><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td></tr><tr><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td></tr><tr><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td></tr><tr><td>31</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>	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							20259September <table><tr><td>日</td><td>月</td><td>火</td><td>水</td><td>木</td><td>金</td><td>土</td></tr><tr><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td></tr><tr><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td></tr><tr><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td></tr><tr><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td></td><td></td><td></td></tr></table>	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			
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																																																																																																																																																																																																																																																																					
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																																																																																																																																																																																																																																																																		
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																																																																																																																																																																																																																																																																							
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																																																																																																																																																																																																																																																																				
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																																																																																																																																																																																																																																																																								
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																																																																																																																																																																																																																																																																					
202510October <table><tr><td>日</td><td>月</td><td>火</td><td>水</td><td>木</td><td>金</td><td>土</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr><tr><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td></tr><tr><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td></tr><tr><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td></tr><tr><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td></tr></table>	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	202511November <table><tr><td>日</td><td>月</td><td>火</td><td>水</td><td>木</td><td>金</td><td>土</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td></tr><tr><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td></tr><tr><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td></tr><tr><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td></tr><tr><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td></tr><tr><td>30</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>	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							202512December <table><tr><td>日</td><td>月</td><td>火</td><td>水</td><td>木</td><td>金</td><td>土</td></tr><tr><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td></tr><tr><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td></tr><tr><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td></tr><tr><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td><td></td><td></td></tr></table>	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			20261January <table><tr><td>日</td><td>月</td><td>火</td><td>水</td><td>木</td><td>金</td><td>土</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr><tr><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td></tr><tr><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td></tr><tr><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td></tr><tr><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td></tr></table>	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	20262February <table><tr><td>日</td><td>月</td><td>火</td><td>水</td><td>木</td><td>金</td><td>土</td></tr><tr><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td></tr><tr><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td></tr><tr><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td></tr><tr><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td></td><td></td><td></td></tr></table>	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				20263March <table><tr><td>日</td><td>月</td><td>火</td><td>水</td><td>木</td><td>金</td><td>土</td></tr><tr><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr><tr><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td></tr><tr><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td></tr><tr><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td></tr><tr><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td><td></td><td></td></tr></table>	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		
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																																																																																																																																																																																																																																																																		
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																																																																																																																																																																																																																																																																								
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																																																																																																																																																																																																																																																																				
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																																																																																																																																																																																																																																																																		
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																																																																																																																																																																																																																																																																					
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																																																																																																																																																																																																																																																																				

※お申し込みの際にご提供頂く個人情報情報は厳重に管理いたしますが、当グループ主催イベントの案内等を送付する必要がありますので、あしからずご了承ください。



富津市総合社会体育館

TEL：0439-87-3001

〒293-0011 千葉県富津市新富80-4
<https://www.mizuno.jp/>

●営業時間 9：00～21：00

●休館日 毎週月曜日
(月曜が祝日の場合翌火曜)
年末年始