



1	水	映像レッスン体験会・入会キャンペーン(～10/31)
2	木	
3	金	子どもストリートダンス（体験受付中！）
4	土	
5	日	11/2レズミルズイベント電話先行予約16:00スタート
6	月	
7	火	休館日
8	水	
9	木	
10	金	子どもストリートダンス（体験受付中！）
11	土	
12	日	
13	月祝	スポーツの日・プロギング
14	火	休館日
15	水	
16	木	
17	金	子どもストリートダンス（体験受付中！）
18	土	
19	日	
20	月	
21	火	休館日
22	水	
23	木	
24	金	子どもストリートダンス（体験受付中！）
25	土	入会キャンペーン、あと1週間
26	日	
27	月	
28	火	休館日
29	水	
30	木	
31	金	入会キャンペーン最終日

ファミリープール

●土日祝の10:00～17:00開催月

親子で楽しく泳ぎましょう！水温31～32℃で年中温かい！屋内プールなので日焼けしにくいので安心・安全！
※小学3年生以上ならお子さまだけでも利用可能です。

11/2(日)開催レズミルズイベント Okayama Re:nergyy

- 電話先行予約10月5日(日)16:00～20:00
- 詳しくはパンフレットをご覧ください。
ご参加お待ちしております！

映像レッスンミラート体験会

● 既存のオンラインレッスンに加えて新しい映像レッスン『ミラートHF24』が加わります。機能改善プログラムからしっかり運動できるプログラムまで豊富なレッスンをお楽しみいただけます。10月31日まで体験期間として様々なプログラムをご用意しております。

場所：1階スタジオ 参加費：会員無料 都度利用の方：610円
＜レッスン例＞

プロギング

（ジョギングしながらゴミ拾い）

- 王子が岳プロギングチームとのコラボ企画です。
- 岡山マラソンに向けて施設近隣の道路をジョギングしながらゴミ拾いを行います。保護者同伴で皆さまもご参加いただけます。ご参加お待ちしております！

日時：2025年10月13日(月・祝)9:00～11:00 参加費：無料
集合場所：コート岡山南駐車場南側（シティライトのロゴ周辺）
持ち物：軍手等・ごみ取りハサミ・水分補給用の飲み物・汗拭きタオル

子どもスイミングスクール クロールタイムアタック大会

- 11月の進級テスト週に25mクロールのタイムアタック大会を行います。

参加費：無料 対象：スイミングスクール4級～ベストスイマー級

- 通常の進級テストに加えてタイム計測を行い、施設内でランキングを作成し掲示します。

～ ご不明な点がございましたら、お気軽に施設にお問い合わせください ～

シティライトフィットネス コート 岡山南 電話 086-246-6211