

サンプラザ市原開館30周年記念事業

サンプラザフェスタ2025開催！！



今年は、サンプラザ市原の開館30周年を記念し、3日間での開催になります。
詳しいイベント内容については、下記のとおりになります。

令和7年11月1日（土）

「第3回 Go-i 寄席 三遊亭楽京独演会」

11：00開演／10：30開場予定

前売1,000円／当日1,500円

※チケットは絶賛発売中です！！

サンプラザ市原総合受付にてお買い求めください。

令和7年11月2日（日）

「i スペ オータムコンサート」

14：00開演／13：30開場予定

出演：「STEED」「萬歌団」

入場無料になります。

※裏面につづく



令和7年11月3日（月・祝）

「坂本冬休み 爆笑 ものまねライブ」

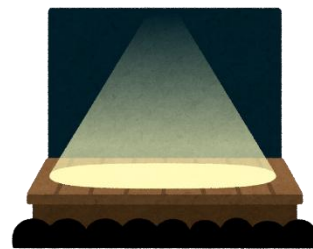
第1部：13：00開演／14：30終演予定

第2部：17：00開演／18：30終演予定

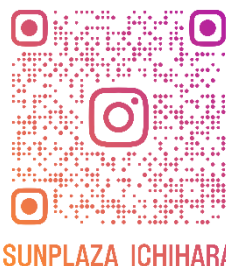
チケット料金：5,000円

※チケットは**絶賛発売中**です！！

サンプラザ市原総合受付にてお買い求めください。



皆様のご来場をお待ちしております！！



SUNPLAZA_ICHIHARA

Instagram
のフォローはこちら！

～健康増進教室 日程のご案内～

10月分 健康増進教室スケジュール												11月分 健康増進教室スケジュール											
水			木			金			土			水			木			金			土		
10:10～11:00	ヨガ	矢野	10:10～11:00	デトックス フローヨガ	AYA				10:10～11:00	エアロビクス （低負荷クラス）	加藤										10:10～11:00	エアロビクス （低負荷クラス）	加藤
13:30～14:20	ZUMBA® （Z'JOE）	藤崎	13:30～14:20	ZUMBA® （Z'JOE）	矢野																		
10:10～11:00	エアロビクス （低負荷クラス）	矢野	10:10～11:00	デトックス フローヨガ	AYA	10:10～11:00	リフレッシュ ヨガ	YUKI	10:10～11:00	エアロビクス （低負荷クラス）	加藤	10:10～11:00	ヨガ	矢野	10:10～11:00	デトックス フローヨガ	AYA	10:10～11:00	リフレッシュ ヨガ	YUKI	10:10～11:00	エアロビクス （低負荷クラス）	加藤
13:30～14:20	ZUMBA® （Z'JOE）	藤崎	13:30～14:20	ZUMBA® （Z'JOE）	矢野	13:30～14:20	ZUMBA GOLD （Z'JOE-GOLD）	小山	13:30～14:20	ZUMBA® （Z'JOE）	矢野	13:30～14:20	ZUMBA® （Z'JOE）	藤崎	13:30～14:20	ZUMBA® （Z'JOE）	矢野	13:30～14:20	ZUMBA GOLD （Z'JOE-GOLD）	小山	13:30～14:20	ZUMBA® （Z'JOE）	藤崎
10:10～11:00	ヨガ	矢野	10:10～11:00	デトックス フローヨガ	AYA	10:10～11:00	リフレッシュ ヨガ	YUKI	休館日			10:10～11:00	エアロビクス （低負荷クラス）	加藤	10:10～11:00	ヨガ	矢野	10:10～11:00	デトックス フローヨガ	AYA	10:10～11:00	リフレッシュ ヨガ	YUKI
13:30～14:20	ZUMBA® （Z'JOE）	藤崎	13:30～14:20	ZUMBA® （Z'JOE）	矢野	13:30～14:20	ZUMBA GOLD （Z'JOE-GOLD）	小山				13:30～14:20	ZUMBA® （Z'JOE）	藤崎	13:30～14:20	ZUMBA® （Z'JOE）	矢野	13:30～14:20	ZUMBA® （Z'JOE）	藤崎	13:30～14:20	ZUMBA® （Z'JOE）	藤崎
10:10～11:00	エアロビクス （低負荷クラス）	矢野	10:10～11:00	デトックス フローヨガ	AYA	10:10～11:00	リフレッシュ ヨガ	YUKI				10:10～11:00	エアロビクス （低負荷クラス）	加藤	10:10～11:00	ヨガ	矢野	10:10～11:00	デトックス フローヨガ	AYA	10:10～11:00	リフレッシュ ヨガ	YUKI
13:30～14:20	ZUMBA® （Z'JOE）	藤崎	13:30～14:20	ZUMBA® （Z'JOE）	矢野	13:30～14:20	ZUMBA GOLD （Z'JOE-GOLD）	小山				13:30～14:20	ZUMBA® （Z'JOE）	藤崎	13:30～14:20	ZUMBA® （Z'JOE）	矢野	13:30～14:20	ZUMBA GOLD （Z'JOE-GOLD）	小山	13:30～14:20	ZUMBA® （Z'JOE）	藤崎
10:10～11:00	ヨガ	矢野	10:10～11:00	デトックス フローヨガ	AYA	10:10～11:00	リフレッシュ ヨガ	YUKI				10:10～11:00	エアロビクス （低負荷クラス）	加藤	10:10～11:00	ヨガ	矢野	10:10～11:00	デトックス フローヨガ	AYA	10:10～11:00	リフレッシュ ヨガ	YUKI
13:30～14:20	ZUMBA® （Z'JOE）	藤崎	13:30～14:20	ZUMBA® （Z'JOE）	矢野	13:30～14:20	ZUMBA GOLD （Z'JOE-GOLD）	小山				13:30～14:20	ZUMBA® （Z'JOE）	藤崎	13:30～14:20	ZUMBA® （Z'JOE）	矢野	13:30～14:20	ZUMBA GOLD （Z'JOE-GOLD）	小山	13:30～14:20	ZUMBA® （Z'JOE）	藤崎

①10時10分～11時00分

②13時30分～14時20分

③19時00分～19時50分

※セントラルスポーツ提携事業

スケジュールは変更になる場合がございます。



～10月・11月・12月の休館日・休業日のお知らせ～

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

→3階フィットネスジム及び4階温水プールの休業日

→サンプラザ市原の休館日です

【管理運営 市原市サンプラザ市原指定管理者（公財）市原市地域振興財団；略称 いちはら財団】

〒290-0081 市原市五井中央西一丁目1番地25 ☎ 0436-24-1151

ホームページ：<http://sunplaza-ichihara.com/>

- 2 -

