

浜松アリーナだより 8月号

今月の主なイベント

令和3年6月30日現在

日	曜	イベント名	日	曜	イベント名
1	日	未定 9:00~ 令和4年(2022年)8月分 浜松アリーナ施設予約受付開始	9	月	メイン 9:00~ 全日本卓球選手権大会ジュニアの部 西部地区予選  スポーツ
		メイン 10:00~ 静岡県フットサルリーグ  スポーツ	28	土	メイン 10:00~ 静岡県フットサルリーグ 2部  スポーツ
		サブ 9:30~ 2021ダンススポーツグランプリ in 静岡  スポーツ	29	日	メイン 10:00~ 国民体育大会ハンドボール競技 東海地区ブロック予選 ※中止の可能性あり  スポーツ
8	日	メイン 9:00~ 第75回 浜松市民スポーツ祭 ハンドボール競技  スポーツ	31	火	メイン 10:00~ 大原簿記情報医療専門学校浜松校 学年レクリエーション  スポーツ

※イベントの詳細につきましては浜松アリーナまでお問い合わせください。

のマークは駐車場の混雑が予想されます。

今月の休館日は
ございません。

今月の駐車場混雑日
1(日)、9(月)、14(土)、15(日)、28(土)

<一般開放・エアロビクス>

らくらくストレッチ

日/16、23、30(月)
時間/10:00~10:50
場所/スタジオ
料金/450円



らくらくステップ

日/3、17、24、31(火)
時間/20:10~21:00
場所/スタジオ
料金/450円



らくらくエアロ

日/4、18、25(水)
時間/19:00~19:50
場所/スタジオ
料金/450円



らくらくエアロ

日/6、20、27(金)
時間/9:30~10:20
場所/スタジオ
料金/450円



燃焼系キックパンチエアロ

日/6、20、27(金)
時間/19:00~19:50
場所/スタジオ
料金/450円



<今月のサービス>

2日(月)	☆無料デー☆	トレーニング室の利用料が無料！！
28日(土)	☆レディースデー☆	女性の利用者限定で駐車券2枚プレゼント！！ または、トレーニング室が無料！！

◎交通 JR浜松駅からバスで15分(駅前バスターミナル9番のりば『80・磐田駅 見付または、橋羽 中ノ町』行 浜松アリーナ下車)
◎お車の場合、地元の方が大変迷惑していますので、アリーナ周辺の私有地及び駐車場に無断で駐車しないでください。

※イベントでお越しの際は、お車よりバスをご利用ください
《予定が変更になる場合がありますので、ご注意ください》



【健康教室参加者募集】



対象：産後（2ヶ月～1歳未満）

◆産後エクササイズ&ベビーマッサージ◆
日程：9/6(月)～ 10:30～11:30
申込：7/15(木)～ インターネット

対象：小学生・一般

◆バドミントン教室◆
日程：9/3(金)～
小学1～4年 17:20～18:20
小学3～6年 18:30～19:30
一 般 19:30～21:00
申込：7/15(木)～ インターネット

対象：幼児・小学生

◆トランポリン☆体操教室◆
日程：9/3(金)～
幼 児 15:15～16:15
小学1～3年 16:15～17:15
小学3～6年 17:15～18:15
申込：7/15(木)～ インターネット

対象：3歳以上の未就園児と保護者

◆親子ふれあい運動教室◆
日程：9/3(金)～ 15:30～16:30
申込：7/15(木)～ インターネット



対象：1歳半～と保護者

◆親子de123◆
日程：9/7(火)～
よちよち(1歳児) 10:00～10:40
てくてく(2歳児) 11:00～11:40
申込：7/15(木)～ インターネット

対象：一般

◆やさしいヨガ◆
日程：9/2(木)～ 10:00～11:30
申込：7/15(木)～ 電話

対象：小学生・中学生

◆卓球教室◆
日程：9/3(金)～
小学生 17:45～19:05
中学生 19:30～21:00
申込：7/15(木)～ インターネット

対象：50歳以上

◆はつらつ体力アップ教室◆
日程：9/7(火)～ 9:30～11:30
申込：7/20(火)～ 電話

◆いきいきレクスポ◆
日程：9/10(金)～ 9:30～11:30
申込：7/16(金)～ 電話

浜松アリーナ



《注意》

※申込は「電話」と「インターネット」があります！
※見学、体験もできます。



【スポーツ健康相談】



日ごろ感じられている身体の悩みやスポーツ活動について相談してみませんか？
スポーツドクターに30分程相談できます！

日 時：9/11(土) 内 科【聖隷浜松病院・岡 俊明先生】

その他日程は
掲示板にてご確認ください。



検 査：14:00～ 診 察：15:00～
料 金：初診 2,600円（再診 1,300円）

申 込：窓口または電話
（相談日の2週間前までにご連絡ください）

◆検査項目◆

身長・体重・体脂肪
血圧・脈拍・血液検査
心電図・肺機能・尿検査
栄養指導など



◆スポーツドクターによる相談◆
当日の検査結果や、問診を参考に
対面で相談・アドバイスを行います。
（30分程度）

※社会情勢により、変更になる場合があります。詳しくは浜松アリーナまでお問い合わせ下さい。

【お問い合わせ】 浜松アリーナ 〒435-0016 浜松市東区和田町 808-1

TEL 461-1111 / FAX 461-1115

HP <https://hamamatsu-arena.jp>

