# 浜松アリーナだより 10月号

今月の主なイベント 令 和 3 年 8 月 31 日 現 在 イベント名 イベント名 第1会議室 9:00~ メイン 8:00~ 令和4年度(2022)10月分 6 水 クラーク記念国際高等学校 体育祭 浜松アリーナ施設予約受付開始 スポーツ 1 金 メイン 18:30~ メイン 試合開始 9日 18:05~ 10日 14:05~ 9 土 新日本プロレス G1 CLIMAX31 ※詳細・変更などについてはHP参照 B. LEAGUE 2021-22 有料 B1 リーグ戦 第2節 三遠ネオフェニックス VS 新潟アルビレックスBB メイン 時間未定 2 土 10 日 |※詳細・変更などについてはHP参照 有料 静岡県内フットサル大会 メイン 8:30~ 3 B 20 水 早出幼稚園 運動会 スポーツ スポーツ メイン・サブ 10:00~ サブ 試合開始 2日 11:00~ 土 3日 9:30~ 24 2 日 全日本フットサル選手権 静岡県西部支部予選 スポーツ 日本社会人バスケットボール連盟地域リーグ サブ 13:00~ 男子東海北信越リーグ 3 B 28 木 総合消防訓練指導会 スポーツ イベント 試合開始 18:30~ FUーグ 2021-22 ディヴィジョン2 第10節 🛺 今月の休館日は 土 30 アグレミーナ浜松 VS ポルセイド浜田 ございません。 有料 ※詳細・変更などについてはHP参照

※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。



#### 今月の駐車場混雑日

1(金)、2(土)、3(日)、9(土)、10(日)、15(金)、20(水)、23(土)、24(日)、30(土)



### <一般開放・エアロビクス>

らくらくストレッチ

日/11、18、25(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/5、12、19、26(火) 時間/20:10~21:00 🖊

場所/スタジオ 料金/450円

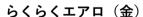
らくらくエアロ (水)

日/6、13、20、27(水)

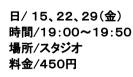
時間/19:00~19:50

場所/スタジオ

料金/450円



日/8、15、22、29(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





#### <今月のサービス>

4日(月)	☆無料デー☆	トレーニング室の利用料が <u>無料!!</u>
23日(土)	<b>☆レディースデー☆</b>	女性の利用者限定で駐車券2枚 <u>プレゼント!!</u> 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。

## 【スポーツ健康相談のお知らせ】





### スポーツ健康相談

日頃感じられている身体の悩みやスポーツについて相談してみませんか?

日 時:11月6日(土)

14:00~検査 15:00~診察

担 当 医 : 岡 俊明先生(聖隷浜松病院)

内 容:循環器疾患一般

費 用:初診 2,600円(再診 1,300円)

検査内容:身長・体重・血液検査・心雷図等

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)





## 【講演会のお知らせ】

### 女性アスリート選手のコンティション調整

スポーツに打ち込む女性アスリートを応援します。女性の先生の講演です。

女性ならではのお悩みにお答えします。お気軽にご参加ください♪

日 時 :11月20日(土) 15:00~16:30

内容:女性ホルモンと上手に付き合う方法

講 師 :入駒 麻希先生(聖隷浜松病院 婦人科医)

会場 : 浜松アリーナ 第1研修室

定 員:30名(先着順)

費用:無料

持ち物:筆記用具

申 込 :9月21日(火)~ 窓口、電話、メールで浜松アリーナへお申込み下さい。

\*メール記載事項:名前、区名、電話番号

メールアドレス: arena@hamamatsu-sports.or.jp

【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

