

# 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

日	曜	イベント名	日	曜	イベント名
1	金	第1会議室 9:00~ 令和4年度(2022)10月分 浜松アリーナ施設予約受付開始	6	水	メイン 8:00~ クラーク記念国際高等学校 体育祭 <span style="float:right">スポーツ</span>
		メイン 18:30~ 新日本プロレス G1 CLIMAX31 ※詳細・変更などについてはHP参照 <span style="float:right">有料</span>	9	土	メイン 試合開始 9日 18:05~ 10日 14:05~ B. LEAGUE 2021-22 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 <span style="float:right">有料</span>
2	土	メイン 時間未定	10	日	※詳細・変更などについてはHP参照 <span style="float:right">有料</span>
3	日	静岡県内フットサル大会 <span style="float:right">スポーツ</span>	20	水	メイン 8:30~ 早出幼稚園 運動会 <span style="float:right">スポーツ</span>
2	土	サブ 試合開始 2日 11:00~ 3日 9:30~ 日本社会人バスケットボール連盟地域リーグ 男子東海北信越リーグ <span style="float:right">スポーツ</span>	24	日	メイン・サブ 10:00~ 全日本フットサル選手権 静岡県西部支部予選 <span style="float:right">スポーツ</span>
3	日		28	木	サブ 13:00~ 総合消防訓練指導会 <span style="float:right">イベント</span>
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">                     今月の休館日は ございません。                 </div>			30	土	メイン 試合開始 18:30~ Fリーグ 2021-22 ディヴィジョン2 第10節 アグレミーナ浜松 VS ポルセイド浜田 ※詳細・変更などについてはHP参照 <span style="float:right">有料</span>

※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。

	<b>今月の駐車場混雑日</b> 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

**らくらくエアロ (金)**

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**

日/ 15、22、29(金)  
時間/19:00~19:50  
場所/スタジオ  
料金/450円



## <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 <b>無料!!</b>
23日(土)	☆レディースデー☆	女性の利用者限定で駐車券2枚 <b>プレゼント!!</b> または、トレーニング室が <b>無料!!</b>

◎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>>

# 【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・心電図等

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ディション調整

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>

