

浜松アリーナだより 11月号

今月の主なイベント

令和5年(2023年)9月30日現在

日	曜	イベント名	日	曜	イベント名
1	水	第1会議室 9:00~ 令和6年(2024年)11月分 浜松アリーナ施設予約受付開始	16	木	メイン EIKICHI YAZAWA CONCERT TOUR 2023 「Welcome to Rock'nRoll」 開場時間 16日 15:30~ 17日 15:30~ 開演時間 16日 17:00~ 17日 17:00~
3	金	メイン 10:00~ 2023年度 第17回 しずおかスポーツフェスティバル 武術太極拳西部地域大会 サブ 10:00~ JDSFランキングファイナルin静岡2023 (社交ダンス)	17	金	メイン 17:00~ フリーグ2023-2024 ディヴィジョン2 第15節 アグリメーナ浜松 VS ヴインセドル白山 ※詳細・変更などについてはHP参照
4	土	メイン 9:00~ 第2回 BOCCIA しずおかCUP	18	土	メイン・サブ 9:00~ 第77回 浜松市民スポーツ祭剣道大会
5	日	サブ 未定 西部支部フットサルリーグ	19	日	メイン 9:10~ 和田小学校創立・開校150周年記念式典
8	水	メイン 9:00~ 第16回 浜松アリーナラージボール卓球大会	22	水	メイン・サブ 9:00 第77回 浜松市民スポーツ祭新体操競技
11	土	メイン 未定 JFA 全日本(男女)U-15フットサル選手権 静岡県大会	23	木	メイン 13:00~ 2023 マーチング祭東海OPEN
12	日	サブ 9:00~ 第44回 浜松市部別バドミントン大会	25	土	メイン・サブ 10:00~ 静岡県バスケットボールU-12選手権大会
			26	日	


15日(水)、16日(木)、17日(金)

大規模催事のため、【駐車場】、トレーニング室、卓球室、幼児運動室のご利用はできません。

今月の駐車場混雑日

3(金)、8(水)、11(土)、12(日)18(土)、
19(日)、22(水)、23(木)、25(土)、26(日)

今月の休館日
13日(月)

 のマークは駐車場の混雑が予想されます。

<一般開放・エアロビクス>

らくらくストレッチ

日/20、27(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/7、14、21、28(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/1、8、22、29(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/10、24(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/10、24(金)
時間/19:00~19:50
場所/スタジオ
料金/450円



<今月のサービス>

6日(月)	☆無料デー☆	トレーニング室の利用料が無料!!
25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》

親子ふれあい運動教室

お子さんとのふれあいを思い切り楽しみましょう！

【日 時】11月10日金曜日 全5回 15:30～16:30

【対 象】3歳以上の未就学児

【場 所】浜松アリーナ メイン・サブアリーナ

【参加費】親子で3,800円 ※託児あり

【持ち物】運動の出来る服装、室内シューズ、飲み物、タオル

【申込み】浜松アリーナホームページにて



産後エクササイズ&ベビーマッサージ

産後の体を引き締めるエクササイズや、赤ちゃんが喜ぶベビーマッサージをご紹介します。

【日 時】11月6日(月) 10:30～11:30

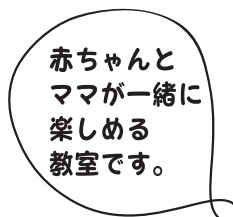
【対 象】生後2ヶ月～1歳未満のお子さんと母親

【場 所】浜松アリーナ フィットネススタジオ

【参加費】親子で800円 ※託児あり

【持ち物】運動の出来る服装、飲み物、タオル、バスタオル(床に敷く用)

【申込み】浜松アリーナホームページにて



親子 de 1 2 3

広い体育館で走ったり、跳んだり、踊ったりするプログラムです。
ボール・フープ・滑り台・はしご、親子で楽しく運動しましょう！



よちよちクラス

10:00～10:45

1歳6ヶ月～2歳6ヶ月



てくてくクラス

11:00～11:45

2歳2ヶ月～3歳4ヶ月

一日体験レッスン
もあるよ！



【日 時】11月7日火曜日 全7回 10:30～11:30

【参加費】5,050円

【定 員】30組(先着順)

【持ち物】運動の出来る服装、飲み物、タオル

【場 所】浜松アリーナ サブアリーナ

【申込み】浜松アリーナホームページにて

《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.053-461-1111 fax.053-461-1115
浜松アリーナ HP <https://hamamatsu-arena.jp>
※詳細は浜松アリーナまでお問い合わせください。

