

浜松アリーナだより 10月号

今月の主なイベント

令和2年8月31日現在

| 日 | 曜 | イベント名 | 日 | 曜 | イベント名 | | |
|---|---|--|----------------|-----------|--|---|---|
| 1 | 木 | 事務室 9:00~ 令和3年度7月分、8月分、10月分 浜松アリーナ施設予約受付開始 | 22 | 木 | メイン 8:30~ 早出幼稚園 運動会 | | |
| 3 | 土 | メイン <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle;"> <tr> <td>試合開始 3日 18:05~</td> </tr> <tr> <td>4日 19:05~</td> </tr> </table> | 試合開始 3日 18:05~ | 4日 19:05~ | 24 | 土 | メイン 9:30~ 全日本フットサル選手権 静岡県大会 西部予選 |
| 試合開始 3日 18:05~ | | | | | | | |
| 4日 19:05~ | | | | | | | |
| 4 | 日 | B.LEAGUE 2020-21 B1 リーグ戦 第1節 三遠ネオフェニックス vs 千葉ジェッツ ※詳しくは、HP参照 | 25 | 日 | ※詳しくは、HP参照 | | |
| 10 | 土 | メイン 10:00~ 東海フットサルリーグ | 24 | 土 | サブ 10:00~ 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 | | |
| 11 | 日 | メイン 9:00~ 第74回 浜松市民スポーツ祭 卓球競技の部 ※中止・変更については浜松市体育協会HPへ | 25 | 日 | ※詳しくは、HP参照 | | |
| 13 | 火 | メイン 新日本プロレス G1 CLIMAX 30 ※詳しくは、HP参照 | 28 | 水 | メイン 9:30~ クラーク記念国際高等学校 浜松キャンパス 体育祭 | | |
| 17 | 土 | サブ 10:00~ 静岡県女子フットサルリーグ | 29 | 木 | メイン 13:00~ 総合消防訓練指導会 | | |
| ※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。 | | | 31 | 土 | メイン・サブ 11:00~ マーチング祭 東海オープン2020 in浜松 ※詳しくは、HP参照 | | |

| | |
|--|--------------------|
| 今月の駐車場混雑日 3(土)、4(日)、5(月)、9(金)、10(土)、11(日)、 13(火)、17(土)、22(木)、24(土)、25(日)、31(土) | 今月の休館日は ございません。 |
|--|--------------------|

<一般開放・エアロビクス>

らくらくストレッチ

日/12、19、26(月)
 時間/10:00~10:50
 場所/スタジオ
 料金/450円

らくらくエアロ・らくらくヨガ

日/7、14、21、28(水)
 時間/19:00~19:50(らくらくエアロ)
 20:00~20:50(らくらくヨガ)
 場所/スタジオ
 料金/450円

らくらくステップ
燃焼系キック・パンチエアロ

日/2、9、16、23、30(金)
 時間/19:00~19:50(らくらくステップ)
 20:00~20:50(燃焼系キック・パンチエアロ)
 場所/スタジオ
 料金/450円



<今月のサービス>

| | | |
|--------|-----------|---|
| 5日(月) | ☆無料デー☆ | トレーニング室の利用料が無料！！ |
| 24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>>

【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7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3日前までにご連絡ください)



【講演会のお知らせ】

体幹トレーニングについて

日 時 : 11月21日(土) 15:00～16:30

内 容 : 効果的に行うために必要な知識、基礎から応用までの実技

講 師 : 金原 悠人先生(ACTIVATE GYM)

会 場 : 浜北体育館(浜北区西美蘭)

定 員 : 40名(先着順)

費 用 : 無料

持ち物 : 運動のできる服装・筆記用具

ヨガマットまたはバスタオル

申 込 : 10月17日(土)～電話またはメール



【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
メール arena@hamataikyuu.com

