

# 浜松アリーナだより 6月号

今月の主なイベント

令和6年4月30日現在

日	曜	イベント名	日	曜	イベント名	
1	土	会議室1 9:00~ 令和7年(2025年)6月分 浜松アリーナ施設予約受付開始	16	日	メイン 10:00~ 第78回 浜松市民スポーツ祭総合開会式 <span style="float:right">式典</span>	
2	日	メイン 15:00~ Fリーグ2024-2025 ディヴィジョン2 第1節 アグレミーナ浜松 VS ヴィンセドール白山 <span style="float:right">有料</span>			メイン 16:00~ Fリーグ2024-2025 ディヴィジョン2 第3節 アグレミーナ浜松 VS エスポラーダ北海道 <span style="float:right">有料</span>	
5	水	メイン 9:00~ 青葉幼稚園「運動会」 <span style="float:right">スポーツ</span>	21	金	サブ 9:30~ 日本文教幼稚園「運動会」 <span style="float:right">スポーツ</span>	
7	金	サブ 9:00~ エオスプレスクール「運動会」 <span style="float:right">スポーツ</span>	22	土	メイン 15:00~ Fリーグ2024-2025 ディヴィジョン2 第4節 アグレミーナ浜松 VS デウソン神戸 <span style="float:right">有料</span>	
9	日	メイン・サブ 9:00~ 令和6年度 浜松卓球リーグ(前期) <span style="float:right">スポーツ</span>	23	日	メイン 9:00~ 第79回 浜松市団体対抗バドミントン大会 <span style="float:right">スポーツ</span>	
14	金	サブ 未定 天竜こども園「運動会」 <span style="float:right">スポーツ</span>	29 ・ 30	土 ・ 日	メイン 9:00~ 全日本U-18フットサル選手権東海大会 <span style="float:right">スポーツ</span>	
				30	日	サブ 10:00~ 静岡県レディースフットサルリーグ <span style="float:right">スポーツ</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。



<p>今月の駐車場混雑日 1(土)、2(日)、5(水)、8(土)、9(日)、 14(金)、16(日)、22(土)、23(日)、30(日)</p>	<p>今月の休館日 24(月)</p>
----------------------------------------------------------------------------------	-------------------------

## <一般開放・エアロビクス>



### らくらくストレッチ

日/(月)10、17  
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/(火)4、11、18、25  
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/(水)5、12、19  
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/(金)7、14、21、28  
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/(金)7、14、21、28  
時間/19:00~19:50  
場所/スタジオ  
料金/450円



## <今月のサービス>

10・20・30日	☆ポイント2倍デー☆	トレーニング室・卓球室の利用でポイントが2倍!!
29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。

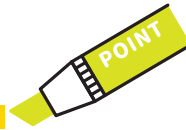
※イベントでお越しの際は、お車よりバスをご利用ください

<<予定が変更になる場合がありますので、ご注意ください>>

# 浜松アリーナでトレーニングしよう!

薄着の季節がやってきました。浜松アリーナのトレーニング室を利用して、気軽にシェイプアップを目指しませんか? 美容に健康にあなたのチャレンジ、お待ちしております!

## アリーナ トレーニング室



◎開室時間 9:00~21:30

◎休館日 年末年始(12/29~1/3) ※臨時休館する場合がありますので、お問い合わせください。

◎利用対象者 高校生以上、または15歳以上 ※中学3年生の利用についてはお問い合わせください。

◎利用料

※全て税込金額です。

	1回利用券	6枚綴り(回数券)	13枚綴り(回数券)
一般	410円	2,100円	4,200円
高校生(身分証明書提示)	200円	1,050円	2,100円
70歳以上(身分証明書提示)	200円	1,050円	2,100円



☆トレーニング室を初めて利用される方は…☆

利用者登録等のご説明のため、**ビギナートレーニング**を受講していただきます。

◎時間 毎時間00分から、毎日開催しております。開始10分前までにトレーニング室へお越しください。

◎持ち物 室内シューズ、運動の出来る服装

## 一般開放・エアロビクス

1回毎のお支払い

いつでも参加自由

1回450円

浜松アリーナでは、どなたでも参加できるストレッチやエアロビクス等のプログラムを行っています。いろいろなプログラムから自分にあったレッスンを見つけ、日ごろの運動不足解消、ストレス発散にぜひご参加ください。

### ☆一般開放プログラム

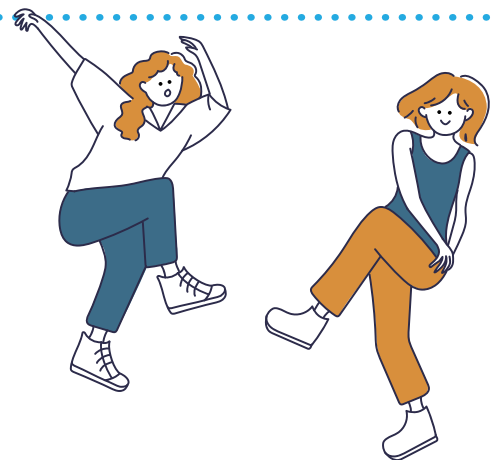
らくらくストレッチ **月曜日** 10:00~10:50

らくらくステップ **火曜日** 20:10~21:00

らくらくエアロ **水曜日** 19:00~19:50

らくらくエアロ **金曜日** 9:30~10:20

燃焼系キックパンチエアロ **金曜日** 19:00~19:50



※詳しい開催日程等は表面でご確認ください。

※車でお越しの方は、別途駐車料金200円がかかります。

《お問い合わせ》  
浜松アリーナ

〒435-0016 浜松市中央区和田町 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。

