兵松アリーナだより 10)

今月の主なイベント 令和7年(2025年)8月31日現在 イベント名 В イベント名 サブ 未定 メイン 8:30~ 金 12 3 平和こども園 運動会 フットサル西部リーグ スポーツ スポーツ メイン 未定 メイン 8:30~ 15 水 全日本フットサル選手権 西部支部予選 早出幼稚園 運動会 スポーツ スポーツ サブ 9:30~ メイン 試合開始(各日) 土|_{きなりこどもえん 運動会} 18 土 4 18日 未定 2025-26 V.LEAGUE WOMEN 19日 未定 スポーツ ブレス浜松 サブ 13:30~ VS 19 $\boldsymbol{\mathsf{B}}$ JAぎふリオレーナ 静岡県ダンススポーツフェスティバル ※詳細・変更などについてはHP参照 有料 スポーツ メイン・サブ 9:30~ りそなグループ B.LEAGUE 2025-26 B1 リーグ戦 第5節 三遠ネオフェニックス 試合開始(各 25日 15:00 25 日 第33回 全日本居合道段別競技大会 5 兼秋季演武会 スポーツ 試合開始(冬日) 25日 15:00~ メイン 9:35~ 26日 15:00~ ミズモト学園東海調理製菓専門学校 26 日 川崎ブレイブサンダース 6 令和7年度スポーツ大会 スポーツ ※詳細・変更などについてはHP参照 有料 メイン 未定 サブ 未定 27 月 全日本フットサル選手権 西部支部予選 スポーツ 11 土 浜松ラウンドダンス講習会 サブ 未定 28 火 ローザカップ スポーツ スポーツ メイン 15:00~ メイン 9:00~ Fリーグ2025-2026 ディヴィジョン2 第4節 🚙 12 日 30 木 アグレミーナ浜松 VS リガーレヴィア葛飾 ※詳細・変更等についてはHP参照 こども園ことり スポーツフェスティバル スポーツ

25日(土)、26(日)

B.LEAGUE開催のため、 トレーニング室、卓球室のご利用はできません。

今月の駐車場混雑日

3(金)、4(土)、5(日)、10(金)、11(土)、12(日)、 13(月)、15(水)、18(土)、19(日)、25(土)、26(日)、30(木) 今月の休館日 はありません

※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。



<u>当館駐車場混雑緩和対策のため、</u>駐車場のシェアリング サービスにご協力いただける方を募集しております。

詳しくはQRコードをご覧ください。



<一般開放・エアロビクス>

らくらくストレッチ

日/13、20、27(月) 時間/10:00~10:50



らくらくエアロ(水)

日/1、8、15、22、29(水) 時間/19:00~19:50



日/1、8、15、22、29(水) 時間/20:10~21:00



日/3、10、17、24、31(金) 時間/9:30~10:20



燃焼系キック・パンチエアロ

日/3、10、17、24、31(金) 時間/19:00~19:50



<トレーニング室・スタジオの利用について>

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(水)	☆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。

無料

スポーツ健康相談

ジュニア世代からシニア世代まで

日頃のスポーツ活動で気になる身体の不調や痛み、身体のケアやトレーニング

内容まで様々なお悩みに、内科・外科それぞれの専門医が

あなたに的確なアドバイスを致します。

開催日 11月1日(土)

担当医 内科【聖隷浜松医院·岡俊明先生】

診察15:00~

料 金 無料

申し込み 9月16日(火)より窓口または電話で

お申し込みください。



❤スポーツ健康相談講演会

体幹トレーニング人



「体幹トレーニング」興味はあるけど、どんな効果があるの? 効果的に行うために必要な知識、トレーニングの基礎から応用まで実際に体感しよう!

【日 時】11月22日(土)15:00~16:30

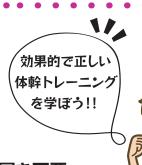
【定 員】30名(申込み順)

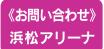
【講 師】 金原 悠人 先生 (More and Better 代表)

【会 場】浜松アリーナ スタジオ

【持ち物】筆記用具、動きやすい服装(実技のため)※室内履き不要

*申し込み:10月15日(水)より窓口・電話で、浜松アリーナへお申し込みください。





〒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



