











浜松アリーナだより 12月号

今月の主なイベント

平成29年10月31日現在

日	曜	イベント名	日	曜	イベント名
1	金	事務室 9:00~ 平成30年度12月分 浜松アリーナ施設予約受付開始	17	日	メイン 試合開始 18:00~  有料 DUARIG Fリーグ 2017/2018 アグレミーナ浜松 vs 府中アスレティックFC
2	土	メイン 9:00~  第71回 浜松市民スポーツ祭剣道競技	18	月	サブ 10:00~ FDみつき クリスマス会
3	日	メイン・サブ 9:00~  第35回 パナホーム静岡カップ争奪 静岡県ミニバスケットボール大会	23	土	メイン 9:00~  平成29年度 第37回 スポーツ少年団交流会
10	日	メイン 9:30~  全日本フットサル選手権静岡県大会	23	土	メイン 17:20~ 第12回 浜松アリーナ ナイターリーグ 「フットサル」
15	金	メイン 試合開始 15日 19:05~ 16日 15:05~  B.LEAGUE 2017-18 B1 リーグ戦 第12節 三遠ネオフェニックス vs 京都ハンナリーズ	24	日	サブ 9:00~ 第9回 プリンセスカップ
16	土	※16日のみF. C. C. プレゼンツ  有料	24	日	メイン 9:30~ 静岡県U-15・18フットサルリーグ
17	日	メイン 9:30~  全日本フットサル選手権静岡県大会	24	日	サブ 9:00~ 第4回 ハートカップ
		サブ 9:30~  静岡県U-18フットサルリーグ	25	月	メイン・サブ 9:00~  剣道合同練成会

※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。

今月の駐車場混雑日 2(土)、3(日)、10(日)、15(金)、 16(土)、17(日)、23(土)、24(日)、25(月)
--

今月の休館日 29日(金)・30(土)・31(日)

<一般開放・エアロビクス>

バスケットボール

日/8(金)
 時間/17:30~21:30
 場所/メインアリーナ
 料金/300円



らくらくストレッチ

日/11、18、25(月)
 時間/10:30~11:30
 場所/スタジオ
 料金/410円



はじめてエアロ

日/2(土)
 時間/10:30~11:30
 場所/スタジオ
 料金/410円



らくらくエアロ・体幹ヨガ

日/6、13、20、27(水)
 時間/19:00~19:50(らくらくエアロ)
 20:00~21:00(体幹ヨガ)
 場所/スタジオ
 料金/410円



らくらくステップ 燃焼系キック・パンチエアロ

日/1、15、22(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/410円



<トレーニング室・スタジオの利用について>

4日(月)	☆無料デー☆	トレーニング室の利用料が無料!!
23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▶

【健康教室参加者募集】

対象：産後

- ◆産後エクササイズ & ベビーマッサージ◆
日程：12/4(月)～ 10:30～11:30
申込：11/2(木)～ 電話



対象：年中・年長

- ◆トランポリン◆
日程：1/12(金)～ 15:15～16:15
申込：12/19(火)～ インターネット



対象：一般

- ◆やさしいピラティス(昼コース)◆
日程：1/ 9(火)～ 13:20～14:50
申込：11/20(月)～ 電話



対象：1歳半～と保護者

- ◆親子de123(よちよちクラス)◆
日程：1/16(火)～ 10:00～10:40
申込：12/15(金)～ インターネット

対象：小学1～3年生

- ◆トランポリン◆
日程：1/12(金)～ 16:15～17:15
申込：12/19(火)～ インターネット

NEW <<夜の教室が始まります>>
1日の終わりのリフレッシュに！

- ◆やさしいピラティス(夜コース)◆
日程：1/ 9(火)～ 19:00～19:50
申込：12/18(月)～ 電話

対象：2歳～と保護者

- ◆親子de123(よちてくクラス)◆
日程：12/ 8(金)～ 13:30～14:20
申込：11/15(水)～ 電話



対象：50歳以上

- ◆健康体力アップ教室◆
日程：1/5(金)～ 9:30～11:30
申込：11/26(日)～ 電話

- ◆親子de123(てくてくクラス)◆
日程：1/16(火)～ 11:00～11:40
申込：12/15(金)～ インターネット

- ◆はつらつ健康教室◆
日程：1/9(火)～ 9:30～11:30
申込：12/4(月)～ 電話

- ◆おはようヨガ&ピラティス◆
日程：1/10(水)～ 9:20～10:30
申込：11/22(水)～ 電話

- ◆シェイプアップエアロ◆
日程：1/10(水)～ 10:40～11:50
申込：11/18(土)～ 電話

- ◆やさしいヨガ◆
日程：1/11(水)～ 10:00～11:30
申込：11/23(木)～ 電話

対象：3歳～と保護者

- ◆親子ふれあい運動教室◆
日程：1/12(金)～ 15:30～16:30
申込：11/29(水)～ インターネット

浜松市体育協会



<<注意>>

※申込は「電話」と「インターネット」があります！
※見学もできます。

【講演会のお知らせ】



子どもへのスポーツ指導

- 日 時：1月10日(水) 19:00～21:00
- 内 容：信頼関係を築くための
コミュニケーション方法 等
- 講 師：佐々木 雅啓先生
- 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：12月18日(月)～ 電話またはメール
*メール記載事項：氏名、性別、電話

膝・足関節のケガ予防テーピング

- 日 時：1月27日(土) 15:00～16:30
- 内 容：テーピングの実習、活用法
- 講 師：松本 武士先生
(浜松リハビリテーション病院)
- 会 場：四ツ池公園 浜松球場 会議室
- 定 員：30名(先着順)
- 費 用：500円
- 持ち物：筆記用具・はさみ
- 申 込：12月16日(土)～ 電話またはメール
*メール記載事項：氏名、性別、電話



【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/ FAX461-1115
メール:arena@hamataikyuu.com