




# 浜松アリーナだより 4月号



今月の主なイベント

平成30年2月28日現在

日	曜	イベント名	日	曜	イベント名	
1	日	事務室 9:00~ 平成31年度4月分 浜松アリーナ施設予約受付開始	13	金	メイン 開始 前期 13日 13:00~ 14日 9:20~ 後期 14日 13:00~ 15日 9:20~	
		メイン 13:30~ パール新体操クラブ 新体操発表会	14	土	第45回 全国フォークダンス1・2級指導者研修会	
6	金	メイン 10:00~ 聖隷クリストファー大学リハビリテーション学部 新入生セミナー	15	日	メイン 14:00~ 東海シニアフットサルリーグ	
7	土	メイン 10:00~ サブ 9:00~ セレソニックカップ				スポーツ
※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。			18	水	メイン 9:30~ ワンバウンドバレーボール ビーチボールバレー交流大会	
今月の休館日は ございません。		今月の駐車場混雑日 21(土)、29(日)、30(月)		21	土	メイン 9:00~ 平成30年度 浜松市長旗(杯)獲得卓球大会

## <一般開放・エアロビクス>

### バスケットボール

日/6(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/9、16、23、30(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/7(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/4、11、18、25(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/6、13、20、27(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>

2日(月)	☆無料デー☆	トレーニング室の利用料が無料!!
28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：5/7(月)～ 10:30～11:30  
申込：3/15(木)～ インターネット



## 対象：年中・年長

- ◆トランポリン◆  
日程：4/20(金)～ 15:15～16:15  
申込：3/15(木)～ インターネット

## 対象：一般

- ◆背骨コンディショニング◆  
日程：4/13(金)～ 13:30～14:30  
申込：3/20(火)～ 電話

## 対象：1歳半～と保護者

- ◆親子de123(よちよちクラス)◆  
日程：4/10(火)～ 10:00～10:40  
申込：2/22(木)～ インターネット



## 対象：小学1～3年生

- ◆トランポリン◆  
日程：4/20(金)～ 16:15～17:15  
申込：3/15(木)～ インターネット

- ◆やさしいピラティス(昼コース)◆  
日程：4/10(火)～ 13:20～14:50  
申込：2/26(月)～ 電話

## 対象：2歳～と保護者

- ◆親子de123(てくてくクラス)◆  
日程：4/10(火)～ 11:00～11:40  
申込：2/22(木)～ インターネット

## 対象：50歳以上

- ◆健康体力アップ教室◆  
日程：4/6(金)～ 9:30～11:30  
申込：2/22(木)～ 電話

- ◆やさしいピラティス(夜コース)◆  
日程：4/10(火)～ 19:00～19:50  
申込：2/26(月)～ 電話

## 対象：3歳～と保護者

- ◆親子ふれあい運動教室◆  
日程：4/20(金)～ 15:30～16:30  
申込：3/15(木)～ インターネット

- ◆はつらつ健康教室◆  
日程：4/3(火)～ 9:30～11:30  
申込：2/21(水)～ 電話

- ◆おはようヨガ & ピラティス◆  
日程：4/4(水)～ 9:20～10:30  
申込：2/15(木)～ 電話

- ◆シェイプアップエアロ◆  
日程：4/4(水)～ 10:40～11:50  
申込：2/17(土)～ 電話

- ◆やさしいヨガ◆  
日程：4/12(木)～ 10:00～11:30  
申込：3/15(木)～ 電話

浜松市体育協会



《申込について》

※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。



## 【テリバリースポーツのご案内】



地域、学校、職場でのレクリエーション活動などへ指導者の派遣  
運動会の企画、スポーツ指導や健康づくりのお手伝い



費用：3,600円(講師1人につき1時間)  
交通費 20kmまでは無料。20km以上は1kmあたり50円

申込：実施希望1ヶ月前までに電話で浜松アリーナへ

その他：会場の手配、使用料の支払いなどは、申込者のご負担となります。

実績：◆子ども会歓迎会 ◆幼稚園、小学校での親子体操やレクリエーション  
◆会社の新体力テスト ◆地域のスポーツイベント etc



【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@hamataikyou.com