

# 浜松アリーナだより 11月号

今月の主なイベント

平成30年9月30日現在

日	曜	イベント名	日	曜	イベント名
1	木	事務室 9:00~ 平成31年度11月分 浜松アリーナ施設予約受付開始	17	土	メイン 9:30~ 静岡県高等学校新人ハンドボール大会 西部地区予選 <span style="float:right">スポーツ</span>
3	土	メイン 8:30~ 第52回 中日杯浜松ジュニアポルトボール大会 <span style="float:right">スポーツ</span>	18	日	メイン南面 10:00 東海フットサルリーグ1部 <span style="float:right">スポーツ</span>
		サブ 9:00~ 平成30年度 第12回 しずおかスポーツフェスティバル バドミントンジュニア部大会 <span style="float:right">スポーツ</span>			メイン北面 10:00 東海フットサルリーグ2部 <span style="float:right">スポーツ</span>
4	日	メイン 9:30~ 平成30年度 第12回 しずおかスポーツフェスティバル 武術太極拳西部地区大会 <span style="float:right">スポーツ</span>	23	金	メイン 試合開始 14:30~ DUARIG Fリーグ 2018/2019 ディビジョン1 アグレミーナ浜松 vs 湘南ベルマーレ <span style="float:right">有料</span>
10	土	メイン 試合開始 18:00~ DUARIG Fリーグ 2018/2019 ディビジョン1 アグレミーナ浜松 vs Fリーグ選抜 <span style="float:right">有料</span>	24	土	メイン 試合開始 16:45~ DUARIG Fリーグ 2018/2019 ディビジョン1 アグレミーナ浜松 vs シュライカー大阪 <span style="float:right">有料</span>
11	日	メイン・サブ 9:00~ 第72回 浜松市民スポーツ祭 剣道競技 <span style="float:right">スポーツ</span>	25	日	メイン・サブ 9:00~ 第36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選手権大会 <span style="float:right">スポーツ</span>
14	水	メイン 9:00~ 第11回 浜松アリーナラージボール卓球大会 <span style="float:right">スポーツ</span>	26	月	メイン 13:30~ 丸塚中学校地区ハートセッション <span style="float:right">有料</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 3(土)、4(日)、5(月)、7(水)、10(土)、 11(日)、14(水)、18(日)、23(金)、24(土)、25(日)</p>	<p>今月の休館日 19日(月)</p>
---	--------------------------

## <一般開放・エアロビクス>

### バスケットボール

今月は、バスケットボールの一般開放はございません。ご了承ください。次回は、3/29(金)です。



### らくらくストレッチ

日/12、26(月)  
時間/10:30~11:30  
場所/スタジオ  
料金/410円



### はじめてエアロ

今月は、はじめてエアロの一般開放はございません。ご了承ください。次回は、12月1日(土)です。



### らくらくエアロ・体幹ヨガ

日/7、14、21、28(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/9、16、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/410円



## <トレーニング室・スタジオの利用について>

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>>



## 浜松アリーナ ナイターリーグ「フットサル」

日 時：12月1日（土） 17:30～21:30

会 場：浜松アリーナ メインアリーナ

対 象：20歳以上の男女

定 員：12チーム（先着順）

費 用：1チーム 10,000円

試合形式：予選リーグ及び決勝トーナメント

申 込：10月20日（土）～11月17日（日）まで

参加料を添えて直接、浜松アリーナまで

※1チーム5人以上10人以下で試合に常時1名以上女性が出場すること

※詳しくは浜松アリーナまでお問い合わせください



## 親子で絆ボランティア

日 時：12月22日（土） 12:00～17:30

12月23日（日） 9:00～14:30 （1日単位で参加可能）

会 場：浜松アリーナ

内 容：プロバスケットボールの試合運営ボランティア活動

定 員：各日20組（先着順）

対 象：小学校3年生以上の子と保護者

持 ち 物：動きやすい服装、体育館シューズ、飲み物

申 込：10月20日（土）～ 必要事項を電話または直接、浜松アリーナまで  
（必要事項）

参加者全員の氏名、性別、生年月日、年齢、住所、電話番号



## 講演会「体幹トレーニングについて」

日 時：11月17日（土） 15:00～16:30（受付：14:30～）

場 所：浜松市武道館 道場

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

定 員：40人（先着順）

講 師：ACTIVATE GYM 金原 悠人（きんぱら ゆうと）先生

持 ち 物：筆記用具、運動のできる服装、バスタオル

費 用：無料

申 込：10月20日（土）～ 必要事項を電話またはメールで浜松アリーナまで  
（必要事項）

氏名、ふりがな、性別、電話番号



【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