

浜松アリーナだより 1月号

今月の主なイベント

令和6年11月30日現在

日	曜	イベント名	日	曜	イベント名
4	土	第1会議室 9:00~ 令和8年(2026年)1月分 浜松アリーナ施設予約受付開始	4	土	メイン・サブ リソナグループ B.LEAGUE 2024-25 B2 リーグ戦 第16節 ベルテックス静岡 vs 山形ワイヴァンズ ※詳細・変更などについてはHP参照
			5	日	

今月の駐車場混雑日
 4(土)、5(日)

※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。

浜松アリーナ休館のお知らせ

令和7年1月13日(月)~2月9日(日)

上記期間で、停電を伴う改修工事が予定されています。
 それに伴い、期間中は休館となります。
 何卒ご理解ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。



※期間中「**事務室**」のみ9:00~17:30で、営業しております。
 事務所にお車で越しの方は、西側ロータリー・駐車スペースをご利用ください。

メインアリーナ/サブアリーナ/フィットネススタジオ/トレーニング室/
 卓球室/幼児運動室(あおぞらのへや)/会議室/研修室
北側駐車場は、休館中使用できません。

今月の休館日は
 1(水)~3(金)、13(月)~31(金)

<一般開放・エアロビクス>

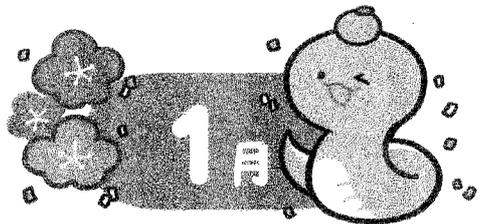
らくらくストレッチ
 日/ 今月なし
 時間/10:00~10:50
 場所/スタジオ
 料金/450円

らくらくステップ
 日/8(水)
 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/ 8(水)
 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/ 10(金)
 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/ 10(金)
 時間/19:00~19:50
 場所/スタジオ
 料金/450円



<今月のサービス>

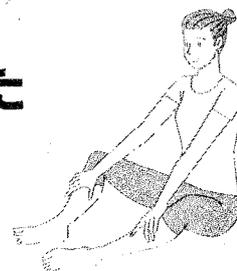
10日	★ポイント2倍デー★	トレーニング室・卓球室の利用でポイントが2倍!!
ありません	★レディースデー★	女性の利用者限定で駐車券2枚 プレゼント!! または、トレーニング室が 無料!!

◎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>

「ザ・腰痛」

腰椎分離症とスポーツ復帰を目指した
リハビリを実技で学びましょう。



2025/1月 **25日** 15:00~16:30

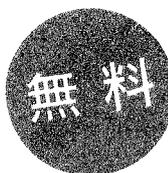
【会場】 四ツ池公園浜松球場会議室

【定員】 30名（申込み順）

【持ち物】 筆記用具、室内シューズ、運動のできる服装

【申込み】 11月25日(月)より窓口・電話で、浜松アリーナへ
お申し込みください。

【必要事項】 氏名、住所、電話番号、性別



【講師紹介】

高橋整形外科リハビリクリニック

高橋勇二 院長

- ◎高橋整形外科リハビリクリニック院長
- ◎サッカーJリーグ・ジュビロ磐田チームドクター
- ◎日本病院会教育委員会医師事務作業補助者コース小委員会委員
- ◎日本病院会教育委員会診療情報管理士専門小委員会委員
- ◎聖隷クリストファー大学リハビリテーション学部臨床教授

登録インストラクター派遣します!

学校・地域・企業様向けに『スポーツ』『レクリエーション』『体力測定』などの健康
づくりのお手伝いや、子ども会・PTA行事などのイベントを盛り上げる
ために、講師を派遣いたします。お気軽にお問い合わせ下さい。

- ◆インストラクターの派遣には、1人30分につき2,500円(税込)が必要です。
- ◆実施日時や内容によっては、ご希望に添えない場合があります。予めご了承ください。



《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。

