

# 浜松アリーナだより 3月号

今月の主なイベント

令和7年1月31日現在

日	曜	イベント名	日	曜	イベント名
1	土	全館室 9:00~ 令和8年(2026年)3月分 浜松アリーナ施設予約受付開始	9	日	メイン 10:00~ イオンキッズスクール「演技発表会」
		メイン 9:00~ 第3回 ニツタク・浜松オープン卓球大会	16	日	メイン・サブ 9:00~ 第36回 杉浦錬成空手道競技大会
		サブ 8:30~ 令和6年度 浜松卓球リーグ(後期)	20	木	メイン・サブ 9:00~ アリーナ健康フェスティバル
2	日	メイン 9:00~ 第45回 塩谷杯争奪少年剣道大会	22 ・ 23	土 ・ 日	メイン・サブ 2024-25 V.LEAGUE WOMEN プレス浜松 VS 信州プリリアントアリーズ ※詳細・変更などについてはHP参照
		サブ 9:00~ 第5回 浜松オープンバドミントン大会			競技開始 22日 15:00~ 23日 14:00~
8	土	メイン 9:00~ JFA ファミリーフットサルフェスティバル	26	水	メイン 9:00~ カワイ体育教室「新体操発表会」
		サブ 前半 9:00~ 後半 14:00~ ヤマ・スポーツクラブ「体育発表会」			※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。



<p>今月の駐車場混雑日 1(土)、2(日)、8(土)、9(日)、 16(日)、20(木)、22(土)、23(日)</p>	<p>今月の休館日 10(月)</p>
---	-------------------------

## <一般開放・エアロビクス>

**らくらくストレッチ**  
日/(月)17、24、31  
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/(水)5、12、19、26  
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/(水)5、12、19、26  
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/(金)7、14、21  
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/(金)7、14、21  
時間/19:0~19:50  
場所/スタジオ  
料金/450円



## <今月のサービス>

20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(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 スポーツ教室の ご案内



春から始まる教室のご紹介です。  
新年度のスタートに、スポーツを始めてみませんか？

## 親子ワン・ツー・スリー

リズムに合わせて動いたり、マットや跳び箱を使ったり、楽しく運動します。  
運動が好きになるプログラムが盛りだくさんの教室です。



### \*よちよちクラス

4月コース：8・15・22日  
5月コース：13・20・27日  
時間：10:00～10:45

### \*てくてくクラス

4月コース：8・15・22日  
5月コース：13・20・27日  
時間：11:00～11:45



申込：3月4日(火) ※電話または直接窓口にて

## 産後エクササイズ & ベビーマッサージ

ママも赤ちゃんと一緒に運動しながら、  
楽しい時間を過ごしましょう！



日時：4月7日(月)  
時間：10:30～11:30  
対象：生後2ヶ月～1歳未満のお子さんと母親  
申込：2月18日(火)12:00よりホームページにて

## トランポリン教室

トランポリンを続けると、バランス感覚や空中感覚が身に付きます。  
身軽な身のこなしを覚えるのにも最適！  
初めての方大歓迎です。



### \* 幼児・小学生

日時：5月23日(金)～8回  
時間：15:15～16:15(幼児)  
16:15～17:15(小1～小3)  
17:15～18:15(小3～小6)  
申込：3月17日(月)12:00よりホームページにて

## バドミントン教室

初心者向けの、だれでもチャレンジできる  
バドミントン教室です。ラケットの無料  
貸し出しもあります。



日時：5月23日(金)～小学生/8回  
時間：17:20～18:20(小1～小4)  
18:30～19:30(小3～小6)  
申込：3月18日(火)12:00よりホームページにて

## 卓球教室

有資格のコーチ陣が、卓球の基礎から応用まで丁寧に教えてくれます。これから卓球を始めたい子も、上達したい子も楽しく参加できます。

日時：5月23日(金)～小学生・中学生/8回  
時間：17:45～19:05(小学生)  
19:30～21:00(中学生)  
申込：3月19日(水)12:00よりホームページにて

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>

※クラスによって対象年齢が違います。詳細はホームページで確認ください。

