









浜松アリーナだより 1月号

今月の主なイベント

令和7年11月30日現在

日	曜	イベント名	日	曜	イベント名
4	日	メイン・サブ りそなグループ B.LEAGUE 2025-26 B2リーグ戦 第16節 ベルテックス静岡 VS 鹿児島レブナイズ <small>試合開始(各日) 4日 16:05~ 5日 18:05~</small>	17	土	メイン・サブ 各日9:00~ 第3回 徳川杯争奪中学校剣道大会
5	月	※詳細・変更などについてはHP参照 	18	日	
10	土	メイン 9:00~ ニッタク・浜松オープン卓球大会 	24	土	メイン・サブ 各日14:00~ 2025-26 V.LEAGUE WOMEN プレス浜松 VS 倉敷アブレイズ
11	日	メイン 午後~ ファミリーフットサルフェスティバル 	25	日	※詳細・変更などについてはHP参照 
12	月	サブ 10:00~ 第30回 静岡県西部地区 ダンススポーツ競技大会 	31	土	メイン・サブ 9:00~ 第62回 全日本浜松 インドアソフトテニス大会 

※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。

4日(日)

B.LEAGUE開催のため、
トレーニング室、卓球室のご利用はできません。

今月の休館日は
1(木)~3(土)、19(月)

今月の駐車場混雑日
5(月)、10(土)、12(月)、17(土)、18(日)、24(土)、25(日)

「令和8年4月~令和9年1月分」一般予約受付の実施方法について

1. 諸室及びスタジオ ... インターネットでの先着受付: 令和8年1月4日(日)~
2. メイン・サブアリーナ ... ①抽選申込受付: 令和8年1月5日(月) 9時~17時
②抽選日: 令和8年1月13日(火) 9時~
③一般申込: 令和8年1月20日(火) 9時~

ご不明な点がございましたら、当施設までお問い合わせください。



<一般開放・エアロビクス> 全教室: 1回500円

らくらくストレッチ

日/12、26(月)
時間/10:00~10:50

らくらくエアロ(水)

日/7、14、21、28(水)
時間/19:00~19:50

らくらくステップ

日/7、14、21、28(水)
時間/20:10~21:00

らくらくエアロ(金)

日/9、30(金)
時間/9:30~10:20

燃焼系キック・パンチエアロ

日/9、30(金)
時間/19:00~19:50

<今月のサービス>

10日・20日・30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(木)	★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/磐田営業所方面または、中ノ町方面』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》



アスリートのための 片頭痛コントロール

片頭痛のために、本番で力を出せないジュニアアスリートのための講演会です。

片頭痛を予防して、本番でのパフォーマンスを上げよう！

2026/1月 **24日** 土 15:00~16:30

【会 場】 浜松アリーナ スタジオ

【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(火)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】

酒井直人 先生

サカイ脳神経外科 院長

金原一宏 先生

聖隷クリストファー大学理学療法学科 教授

足立功浩 先生

サカイ脳神経外科 理学療法士

無 料

片頭痛のために
本番で力を出せない選手がいたら
ぜひ参加を勧めてください。
きっと役立ちますよ。

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。

