

# 浜松アリーナだより 3月号

今月の主なイベント

令和8年1月31日現在

日	曜	イベント名	日	曜	イベント名
1	日	第1会議室 9:00~ 令和9年(2027年)3月分 浜松アリーナ施設予約受付開始	21	土	メイン・サブ 各日9:00~ Judo World Challenge Fujisan Cup 2026
		メイン・サブ 14:00~ 2025-26 V.LEAGUE WOMEN ディヴィジョン2 プレス浜松 VS リガーレ仙台 ※詳細・変更などについてはHP参照			
7	土	イオンキッズスクール「演技発表会」	25	水	メイン 9:00~ カワイ体育教室「新体操発表会」
8	日	メイン 10:00~ フットサル県リーグ参入戦	28	土	メイン・サブ 各日9:00~ 令和7年度 第27回 全国中学選抜卓球大会
15	日	メイン・サブ 9:00~ 第37回 杉浦錬成空手道競技大会	29	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。

今月の休館日  
9(月)

今月の駐車場混雑日  
1(日)、7(土)、8(日)、15(日)、21(土)、  
22(日)、25(水)、27(金)、28(土)、29(日)

当館駐車場混雑緩和対策のため、駐車場のシェアリングサービスにご協力いただける方を募集しております。  
 詳しくはQRコードをご覧ください。



## <一般開放・エアロピクス>

全教室：1回500円

場所：スタジオ

### らくらくストレッチ

日/16、23、30(月)  
時間/10:00~10:50



### らくらくエアロ(水)

日/4、11、18、25(水)  
時間/19:00~19:50



### らくらくステップ

日/4、11、18、25(水)  
時間/20:10~21:00



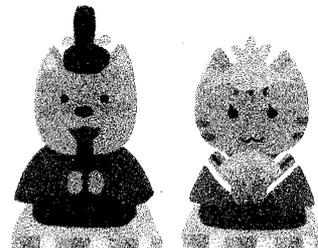
### らくらくエアロ(金)

日/13(金)  
時間/9:30~10:20



### 燃焼系キック・パンチエアロ

日/13(金)  
時間/19:00~19:50



## <今月のサービス>

10・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	★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 Spring



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

広い体育館で走ったり、跳んだり、踊ったりする  
楽しい事いっぱいのプログラムです。  
ボール・フープ・滑り台・はしご、親子で楽しく  
運動しましょう！



### \* よちてくクラス

4月コース：7・14・21日(火)  
時 間：10:30～11:15  
対 象：1歳6ヶ月～3歳4ヶ月(親子)  
申 込：3月4日(水) ※電話または直接窓口にて

## はつらつ体力アップ

自分の体力に合わせて運動する事ができる教室  
です。「運動不足を解消したい」  
「筋力、体力をつけたい」「一人では  
続かない」そんな方にオススメです！



日 時：4月7日(火)～5月26日(火) / 6回  
時 間：9:30～11:30  
対 象：50歳以上  
申 込：3月4日(水) ※電話または直接窓口にて

## 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15日(金)～7月17日(金) / 10回  
時 間：16:15～17:15 (年中～小3)  
17:20～18:20 (小3～小6)  
申 込：3月17日(火) 12:00よりホームページにて

## 卓球教室

熱意ある小・中学生が集まるクラスです。  
指導実績があり有資格のコーチ陣が、  
卓球の基礎から応用まで、丁寧に分かりやすく  
指導します。



日 時：5月15日(金)～7月17日(金) / 10回  
時 間：17:45～19:05 (小学生)  
19:30～21:00 (中学生)  
申 込：3月19日(木) 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15日(金)～7月17日(金) / 10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(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。

