

5月の行事予定

ほねごりアリーナ（北総合体育館）行事案内				北公園スポーツ広場	
日付	行 事	人数	主催	行 事【主 催】	人数
3(金)	新人研修会 < 剣道 >	800人	中体連	ティーボール大会<野球> 【市野球協会】	300人
4(土)	若葉カップ神奈川県予選<バドミントン>	160人	県バドミントン連盟		
5(日)	こどもの日無料開放		ほねごりアリーナ	市民選手権大会<サッカー>(シニア)【市スポーツ協会】	200人
6(月)	バドミントン大会		中体連・ほねごり		
8(水)	バウンドテニス教室 リズム&ストレッチ体操		ほねごりアリーナ		
9(木)	卓球教室 カラダ引き締めエクササイズ レスミルズ(ボディコンバット)下記参照		ほねごりアリーナ		
11(土)	U12東地区リーグ戦<バスケットボール>		市バスケットボール協会	JA相模原少年サッカー新人戦 【市サッカー協会】	200人
12(日)	市民選手権大会<バウンドテニス>	300人	市スポーツ協会	U12リーグ戦<サッカー>【市サッカー協会】 シニアリーグ【市サッカー協会】	200人 200人
13(月)	休 館 日				
15(水)	バウンドテニス教室 リズム&ストレッチ体操		ほねごりアリーナ		
16(木)	卓球教室 カラダ引き締めエクササイズ レスミルズ(ボディコンバット)下記参照		ほねごりアリーナ		
17(金)	背骨コンディショニング				
18(土)	市民選手権大会<ハンドボール>	300人	市スポーツ協会	春季大会(グラウンドゴルフ)予備日 【市グラウンドゴルフ協会】	200人
19(日)	市民選手権大会<バスケットボール> 昇段試験講習会<少林寺拳法>	300人	市スポーツ協会 市少林寺拳法協会	シニアリーグ50【市サッカー協会】	100人
20(月)	健康ストレッチ レスミルズ(ボディコンバット)下記参照		ほねごりアリーナ		
22(水)	バウンドテニス教室 リズム&ストレッチ体操		ほねごりアリーナ		
23(木)	卓球教室 カラダ引き締めエクササイズ レスミルズ(ボディコンバット)下記参照		ほねごりアリーナ		
24(金)	背骨コンディショニング				
25(土)				サーティフォー杯あじさいカップサッカー大会 【市サッカー協会】	200人
26(日)	市民選手権大会<バスケットボール>	300人	市スポーツ協会	リーグ戦【市サッカー協会】 シニアリーグ50【市サッカー協会】	100人 100人
27(月)	健康ストレッチ レスミルズ(ボディコンバット)下記参照		ほねごりアリーナ		
29(水)	バウンドテニス教室 リズム&ストレッチ体操		ほねごりアリーナ		
30(木)	卓球教室 カラダ引き締めエクササイズ レスミルズ(ボディコンバット)下記参照		ほねごりアリーナ		
31(金)	背骨コンディショニング		ほねごりアリーナ		

ご案内の行事につきましては、ほねごりアリーナ・相模原市・相模原市スポーツ協会等が主催する主な行事を掲載してあります。

誰でも自由に参加できるフィットネスプログラム

レスミルズ ボディコンバット

日程: 毎週月曜日(休館日除く)木曜日 定員: 各回30人(先着順) 費用: 600円

時間: 19:00~19:40 20:20~21:00(受付時間は開始1時間前から)