

令和7年1月

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
4(土)	射初め射会<和弓>	100人	弓道協会		
5(日)	めざせ1番! <ドッジボール>		ドッジボール協会		
6(月)	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		
7(火)	気功		ほねごりアリーナ		
8(水)	背骨コンディショニング2 ZUMBA gold ズンバゴールド		ほねごりアリーナ		
9(木)	ひと味違う卓球(ラージボール卓球) インナーストレッチ 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		
10(金)	シェイプアップエクササイズ2		ほねごりアリーナ		
11(土)	県選手権大会<ハンドボール>	500人	ハンドボール協会	S F A少年サッカー大会【市サッカー協会】 C級コーチ養成講習会【市サッカー協会】	200人 30人
12(日)	ほねごりアリーナ杯ドッジボール大会		ほねごりアリーナ	S F A少年サッカー大会【市サッカー協会】 シニア40リーグ戦【市サッカー協会】	200人 150人
13(月)	郵便局長杯<バスケットボール> レスミルズ(ボディコンバット) 下記参照		バスケットボール協会 ほねごりアリーナ		
14(火)	休 館 日				
15(水)	背骨コンディショニング2 ZUMBA gold ズンバゴールド		ほねごりアリーナ		
16(木)	ひと味違う卓球(ラージボール卓球) インナーストレッチ 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		
17(金)	シェイプアップエクササイズ2		ほねごりアリーナ		
18(土)	県選手権大会<ハンドボール>	500人	ハンドボール協会		
19(日)	協会長杯争奪大会<バレーボール>		バレーボール協会	地域トレセン練習会【市サッカー協会】 シニア40リーグ戦【市サッカー協会】	200人 150人
20(月)	リズム&ストレッチ体操 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		
21(火)	気功 ピラティス		ほねごりアリーナ		
22(水)	背骨コンディショニング2 ZUMBA gold ズンバゴールド		ほねごりアリーナ		
23(木)	ひと味違う卓球(ラージボール卓球) インナーストレッチ 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		
24(金)	シェイプアップエクササイズ2		ほねごりアリーナ		
25(土)	郵便局長杯<バスケットボール>		バスケットボール協会		
26(日)	市長杯争奪<バウンドテニス>	100人	バウンドテニス協会	社会人リーグ【市サッカー協会】 シニア40リーグ戦【市サッカー協会】	200人 150人
27(月)	リズム&ストレッチ体操 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		
28(火)	気功 ピラティス		ほねごりアリーナ		
29(水)	背骨コンディショニング2 ZUMBA gold ズンバゴールド		ほねごりアリーナ		
30(木)	ひと味違う卓球(ラージボール卓球) インナーストレッチ 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		
31(金)	シェイプアップエクササイズ2		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20分前から)
 券売機でチケット購入後、会場に提示し受付簿に記名をお願いします。