

令和8年 スポーツの日記念事業

10月12日 (月・祝)

スポーツの日は
ほねごりアリーナへ！

全ての方対象

無料開放

時間区分		バドミントン	バウンドテニス	武道	卓球	和弓	洋弓
午前の部	9:00~12:00	●	●	●	●	●	
午後①の部	12:15~15:15	●	●	●	●		
午後②の部	15:30~18:30	●	●	●	●		●
夜間の部	19:00~22:00	●	●	●	●		●

トレーニングルームは時間区分に関係なくご利用いただけます。

18時以降のご利用について：小学生以下の方は保護者の同伴が必要です。

※バドミントン・卓球は前日予約となります。

無料教室体験会

各回先着30名 (予約不要)

午前の部	10:00~10:20	ストレッチ (身体をほぐしましょう♪)
	10:30~11:00	キック&ボクシングエクササイズ (パンチ・キックでストレス解消！)
午後の部	13:00~13:20	ストレッチ (身体をほぐしましょう♪)
	13:30~14:00	キック&ボクシングエクササイズ (パンチ・キックでストレス解消！)

2階多目的室
対象：高校生以上

※ご利用の際は「トレーニングウェア・室内用シューズ」が必要となります。
ご持参ください。(有料レンタルもございます)

※貸出用具(有料)は、数に限りがありますので、なるべくお持ちください。

ほねごりアリーナ (北総合体育館)

指定管理者 総合体育館グループ運営共同事業体

公益財団法人相模原市まち・みどり公社/株式会社フクシ・エンタープライズ

〒252-0134

相模原市緑区下九沢2368-1

TEL: 042-763-7711 FAX: 042-763-7712

20261001-1012