

令和6年11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
1(金)	背骨コンディショニング		ほねごりアリーナ		
2(土)	秋季大会（個人）＜卓球＞ 弓道教室	900人	中体連 ほねごりアリーナ	C級コーチ養成講習会【市サッカー協会】	30人
3(日)	審判講習会＜ドッジボール＞		市ドッジボール協会		
4(月)	北地区親睦大会＜バウンドテニス＞ レスミルズ（ボディコンバット）下記参照	70人	市バウンドテニス協会 ほねごりアリーナ		
6(水)	レディース大会＜バドミントン＞	80人	市バドミントン協会		
7(木)	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		
8(金)	背骨コンディショニング		ほねごりアリーナ		
9(土)	スポ少新体操大会 弓道教室	200人	スポーツ協会 ほねごりアリーナ	C級コーチ養成講習会【市サッカー協会】	30人
10(日)	スポ少バレー	250人	スポーツ協会	スポ少サッカー交流大会【スポーツ協会】 シニア40リーグ戦【市サッカー協会】	300人 150人
11(月)	休 館 日				
13(水)				ゆめクラブ相模原グラウンドゴルフ大会 【相模原市 高齢・障害者福祉課】	200人
14(木)	シェイプアップエクササイズ 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	ゆめクラブ相模原グラウンドゴルフ大会 【相模原市 高齢・障害者福祉課】	200人
16(土)	会長杯争奪戦大会 ＜バスケットボール＞ 弓道教室	200人	市バスケットボール協会 ほねごりアリーナ		
17(日)	市空手道大会		市空手道協会	スポ少サッカー交流大会【スポーツ協会】 シニア40リーグ戦【市サッカー協会】	300人 150人
18(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		
21(木)	シェイプアップエクササイズ 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		
22(金)	背骨コンディショニング		ほねごりアリーナ		
23(土)	会長杯争奪戦大会 ＜バスケットボール＞ 大和市交換射会	200人 100人	市バスケットボール協会 市弓道協会	スーパーアルプス日本ハム野球教室【市野球協会】 C級コーチ養成講習会【市サッカー協会】	150人 30人
24(日)	近隣交流大会＜バウンドテニス＞	100人	市バウンドテニス協会	市民サッカー選手権大会（一般女子）【市スポーツ協会】 シニア40リーグ戦【市サッカー協会】	200人 150人
25(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		
28(木)	シェイプアップエクササイズ 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		
29(金)	背骨コンディショニング		ほねごりアリーナ		
30(土)	県新人大会＜バスケットボール＞		中体連	C級コーチ養成講習会【市サッカー協会】	30人

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。