

令和7年10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】                                                    |
| 2(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               |                                                             |
| 3(金)                 | バドミントン教室                                |      | ほねごりアリーナ               |                                                             |
| 4(土)                 | スポーツ少年団バドミントン大会<br>弓道教室                 |      | スポーツ協会<br>ほねごりアリーナ     | 市民軟式野球選手権大会（学童）【スポーツ協会】 200人<br>C級コーチ講習会＜サッカー＞【市サッカー協会】 30人 |
| 5(日)                 | ひばり杯＜バスケットボール＞                          |      | バスケットボール協会             |                                                             |
| 6(月)                 | 健康ストレッチ教室<br>★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(水)                 | 相模原市レディース大会＜バドミントン＞<br>リズム＆ストレッチ体操教室    | 100人 | バドミントン協会<br>ほねごりアリーナ   |                                                             |
| 9(木)                 | シェイプアップエクササイズ教室<br>★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               | グランドゴルフ教室【ほねごりアリーナ】                                         |
| 10(金)                | バドミントン教室<br>健康体操Ⅱ                       |      | ほねごりアリーナ               |                                                             |
| 11(土)                | バウンドテニス大会<br>弓道教室                       |      | ほねごりアリーナ               | C級コーチ講習会＜サッカー＞【市サッカー協会】 30人                                 |
| 12(日)                | 相模原オープンダブルス大会＜バドミントン＞<br>市長杯争奪近県大会＜和弓＞  | 450人 | バドミントン協会<br>弓道協会       | スポーツ少年団野球大会【スポーツ協会】 200人<br>シニア40リーグ戦【市サッカー協会】 100人         |
| 13(月)                | スポーツの日無料開放<br>★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               |                                                             |
| 14(火)                | 休 館 日                                   |      |                        |                                                             |
| 15(水)                | リズム＆ストレッチ体操教室                           |      | ほねごりアリーナ               |                                                             |
| 16(木)                | シェイプアップエクササイズ教室<br>★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               | グランドゴルフ教室【ほねごりアリーナ】                                         |
| 17(金)                | バドミントン教室<br>健康体操Ⅱ                       |      | ほねごりアリーナ               |                                                             |
| 18(土)                | 市民戦体操・トランポリン<br>弓道教室                    | 400人 | スポーツ協会<br>ほねごりアリーナ     | スポーツ少年団野球大会【スポーツ協会】 200人<br>C級コーチ講習会＜サッカー＞【市サッカー協会】 30人     |
| 19(日)                | 市民戦体操・トランポリン                            | 400人 | スポーツ協会                 | 社会人リーグ＜サッカー＞【市サッカー協会】 200人                                  |
| 20(月)                | 健康ストレッチ教室<br>★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)                | リズム＆ストレッチ体操教室                           |      | ほねごりアリーナ               |                                                             |
| 23(木)                | シェイプアップエクササイズ教室<br>★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)                | バドミントン教室<br>健康体操Ⅱ                       |      | ほねごりアリーナ               |                                                             |
| 25(土)                | 会長杯争奪大会＜バスケットボール＞<br>弓道教室               |      | バスケットボール協会<br>ほねごりアリーナ |                                                             |
| 26(日)                |                                         |      |                        | 社会人リーグ＜サッカー＞【市サッカー協会】 200人                                  |
| 27(月)                | 健康ストレッチ教室<br>★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)                | リズム＆ストレッチ体操教室                           |      | ほねごりアリーナ               |                                                             |
| 30(木)                | シェイプアップエクササイズ教室<br>★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)                | 健康体操Ⅱ                                   |      | 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：①19:00～19:40 ②20:20～21:00（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。

※印刷後の変更等はご了承ください。詳細は、ほねごりアリーナにお問い合わせ下さい。

TEL 042-763-7711

FAX 042-763-7712