令和7年10月

行事予定

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 ほねごりアリーナ ほねごりアリーナ になごりアリーナ になごり下がではばないではではがなどがではがなど		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	<u>1</u>
3(金) パドミントン教室	日付	行 事	人数	主催	行 事【主 催】	人数
スポーツ少年団パドミントン大会 スポーツ協会 〒欧代西原香華本会(字巻)(スポーツ協会) 30人 5(日) 0近7杯・バスケットボール> 7パスケットボール協会 〒本でリアリーナ 0521-7単宮金・サッカー・「ロサッカー協会) 30人 7パスケットボール協会 10公 7パントントン 100人 7パドミントン教室 10公 7パトミントン教室 10公 7パトミントン教室 10公 7パントントン教室 10公 7パントントン教室 10公 7パントントンクブルス大会・パドミントンシ 100人 7パトミントン教室 10公 7パントントン教室 10公 7パントントンクブルス大会・パドミントン会 10公 7パントントンクブルス大会・パドミントンシ 10公 7パントントラスクブルス大会・パドミントンシ 10公 7パントントラスクブルス大会・パドミントン会 10公 7パントントンクグブルス大会・パドミントンシ 10公 7パントントンクグブルス大会・パドミントン会 10公 7パトミントン教室 10公 7パントントン教室 10公 7パントントントントントントン教室 10公 7パントントン教室 10公 7パントントン教室 10公 7パントントン教室 10公 7パントントントントン教室 10公 7パントントン教室 10公 7パントントン教室 10公 7パントントン教室 10公 7パントントントントントントントントントントントントントントントントントントント	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		
日本の	3(金)					
5日日 10日 10	4(±)				市民軟式野球選手権大会(学童)【スポーツ協会】	
健康ストレッチ教室					C級コーチ講習会 < サッカー > 【市サッカー協会】	30人
(4)	5(日)			バスケットホール協会		
リズム&ストレッチ体操教室 ほねごリアリーナ グランドゴルフ教室 ほねごリアリーナ クランドゴルフ教室 ほねごリアリーナ グランドゴルフ教室 ほねごリアリーナ グランドゴルフ教室 ほねごリアリーナ グランドゴルフ教室 ほねごリアリーナ グランドゴルフ教室 ほねごリアリーナ では、アドミントン教室 ほねごリアリーナ では、アドミントン教室 ほねごリアリーナ では、アドミントンを では、アドミントンを では、アドミントンを では、アドミントンを では、アドミントンを では、アドミントンを では、アドミントンを では、アイ・ファッカー協会 では、アイ・ファッカー協会 では、アイ・ファッカー協会 では、アイ・ファッカー協会 では、アイ・ファッカー協会 では、アイ・ファッカー協会 では、アイ・ファッカー協会 では、アイ・ファッカー協会 では、アイ・ファッカー協会 では、アイ・ファッガエクササイズ教室 では、アドミントン教室 では、アドミントン教室 では、アドミントン教室 では、アイ・ファッカー協会 では、アイ・ファッカーの協会 では、アイ・ファッカーのは、アイ・ファッ	6(月)	レスミルズ (ボディコンバット) 下記参照				
10(金)	8(水)		100人			
10(金) 健康体操	9(木)			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】	
11(上) 弓道教室	10(金)			ほねごりアリーナ		
12(日) 市長杯争奪近県大会 < 和弓 > 弓道協会 シニア40リーグ戦【市サッカー協会】 100人	11(土)			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
13(月)	12(日)		450人			200人 100人
14(火) 15(水) リズム&ストレッチ体操教室 ほねごりアリーナ ほねごりアリーナ 16(木) シェイブアップエクササイズ教室 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) 健康体操 ほねごりアリーナ 18(土) 市民戦体操・トランポリン 18(土) 市民戦体操・トランポリン 18(土) 市民戦体操・トランポリン 19(日) 市民戦体操・トランポリン 19(日) 市民戦体操・トランポリン 19(日) 市民戦体操・トランポリン 19(日) 市民戦体操・トランポリン 19(日)	13(月)	スポーツの日無料開放		ほねごりアリーナ		
16(木) シェイブアップエクササイズ教室	14(火)			館 日		
17(金)		リズム&ストレッチ体操教室	Ī	ほねごりアリーナ		
17(金) 健康体操	16(木)			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】	
18(エ) 弓道教室 ほねごリアリーナ に扱コーチ講覧会〈サッカー〉 [市サッカー協会] 30人 20(月) 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 にねごリアリーナ 22(水) リズム&ストレッチ体操教室 ほねごリアリーナ 23(木) シェイプアップエクササイズ教室 にねごリアリーナ 24(金) パドミントン教室 健康体操 にねごリアリーナ 25(土) 会長杯争奪大会〈バスケットボール〉 バスケットボール協会 にねごリアリーナ 25(土) 会長杯争奪大会〈バスケットボール〉 バスケットボール協会 にねごリアリーナ 200人 27(月) 健康ストレッチ教室 にねごリアリーナ 200人 27(月) 健康ストレッチ教室 にねごリアリーナ 200人 27(月) かまる人とよりでは、ボディコンパット)下記参照 にねごリアリーナ 200人 27(月)	17(金)			ほねごりアリーナ		
20(月) 健康ストレッチ教室	18(土)		400人			200人 30人
20(月) レスミルズ (ボディコンバット)下記参照 ほねごリアリーナ 22(水) リズム&ストレッチ体操教室 ほねごリアリーナ 23(木) シェイプアップエクササイズ教室 レスミルズ (ボディコンバット)下記参照 ほねごリアリーナ 24(金) 健康体操 ほねごリアリーナ 25(土) 会長杯争奪大会 < バスケットボール >	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
23(木) シェイプアップエクササイズ教室 レスミルズ(ボディコンバット)下記参照 ほねごリアリーナ 24(金) パドミントン教室 健康体操 ほねごリアリーナ 25(土) 会長杯争奪大会<バスケットボール> 高道教室 パスケットボール協会 はねごリアリーナ 社会人リーグ<サッカー> 【市サッカー協会】 27(月) 健康ストレッチ教室 レスミルズ(ボディコンバット)下記参照 ほねごリアリーナ 29(水) リズム&ストレッチ体操教室 ほねごリアリーナ 30(木) シェイプアップエクササイズ教室 レスミルズ(ボディコンバット)下記参照 ほねごリアリーナ	20(月)			ほねごりアリーナ		
23(木) レスミルズ (ボディコンバット) 下記参照 はねこリアリーナ 24(金) バドミントン教室 健康体操 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 >	22(水)	リズム&ストレッチ体操教室		ほねごりアリーナ		
24(金) 健康体操 ばねこりアリーナ 25(土) 会長杯争奪大会 < バスケットボール協会	23(木)			ほねごりアリーナ		
25(土) 弓道教室 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 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 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)			ほねごりアリーナ		
26(日) (27(月) 健康ストレッチ教室 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 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	25(土)					
27(月) レスミルズ (ボディコンパット)下記参照 はねごりアリーナ 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 レスミルズ (ボディコンパット)下記参照 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
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 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	27(月)			ほねごりアリーナ		
30(木) レスミルズ(ボディコンバット)下記参照 はねこりアリーナ	29(水)			ほねごりアリーナ		
	30(木)			ほねごりアリーナ		
	31(金)			ー 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。

> TEL 042-763-7711 FAX 042-763-7712