

令和8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	
	行 事	人数	主催	行 事【主 催】	人数
1(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	グランドゴルフ教室【ほねごりアリーナ】	20人
2(金)	バドミントン教室 上級者向けバドミントンスクール（ほねごり相模原）	30人	ほねごりアリーナ		
3(土)	スポーツ少年団バドミントン交流大会 弓道教室	300人 30人	市スポーツ協会 ほねごりアリーナ	協会公認C級コーチ養成講習会【市サッカー協会】	30人
4(日)	市民剣道選手権大会（中学・高校）	300人	市スポーツ協会		
5(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	20人	ほねごりアリーナ		
7(水)	リズム&ストレッチ体操教室		ほねごりアリーナ		
8(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	20人	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】	20人
9(金)	バドミントン教室 上級者向けバドミントンスクール（ほねごり相模原） 健康体操 教室	30人 20人	ほねごりアリーナ		
10(土)	SAGAMIフレンドリーカップドッジボール大会 弓道教室	300人 30人	市ドッジボール協会 ほねごりアリーナ	スポーツ少年団軟式野球【市スポーツ協会】 協会公認C級コーチ養成講習会【市サッカー協会】	200人 30人
11(日)	オープン大会（一般ダブルス） 市長杯争奪近県大会	300人 300人	市バドミントン協会 市弓道協会	スポーツ少年団軟式野球【市スポーツ協会】 シニアリーグ40【市サッカー協会】	200人 100人
12(月)	スポーツの日無料開放 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		
13(火)	休 館 日				
14(水)	秋レディース大会（個人戦） リズム&ストレッチ体操教室	300人	市バドミントン協会 ほねごりアリーナ		
15(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	グランドゴルフ教室【ほねごりアリーナ】	20人
16(金)	バドミントン教室 上級者向けバドミントンスクール（ほねごり相模原） 健康体操 教室	30人 20人	ほねごりアリーナ		
17(土)	市民体操・トランポリン選手権大会 弓道教室	300人 30人	市スポーツ協会 ほねごりアリーナ	協会公認C級コーチ養成講習会【市サッカー協会】	30人
18(日)	市民体操選手権大会 参段講習会	300人 50人	市スポーツ協会 市弓道協会	社会人リーグ【市サッカー協会】 シニアリーグ40【市サッカー協会】	180人 100人
19(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	20人	ほねごりアリーナ		
21(水)	健康スポーツ（バウンドテニス講座） リズム&ストレッチ体操教室	45人	あじさい大学 ほねごりアリーナ		
22(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	20人	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】	20人
23(金)	バドミントン教室 上級者向けバドミントンスクール（ほねごり相模原） 健康体操 教室	30人 20人	ほねごりアリーナ		
24(土)	相模原シニアダブルスオープン大会 弓道教室	300人 30人	市卓球協会 ほねごりアリーナ		
25(日)				シニアリーグ50【市サッカー協会】	100人
26(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	20人	ほねごりアリーナ		
28(水)	リズム&ストレッチ体操教室		ほねごりアリーナ		
29(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	20人	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】	20人
30(金)	バドミントン教室 上級者向けバドミントンスクール（ほねごり相模原） 健康体操 教室	30人 20人	ほねごりアリーナ		
31(土)	北地区親睦バウンドテニス大会 弓道教室	300人 30人	市バウンドテニス協会 ほねごりアリーナ		

ご案内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おります。

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、会場にて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