

参加費無料

令和5年
スポーツの日記念事業



10月9日(月・祝)スポーツの日

ほねごりアリーナスポーツイベント

無料開放

全ての方対象



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 ~ 11:45						
午後の部	13:00 ~ 16:45						
夜間の部	18:00 ~ 21:45						

バドミントン・卓球は前日予約となります。

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。



無料教室体験会

各回先着30名(予約不要)

2階多目的室

対象:高校生以上

午前の部	10:00 ~ 10:20	ストレッチ (身体をほぐしましょう)
	11:00 ~ 11:40	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	14:00 ~ 14:20	ストレッチ (身体をほぐしましょう)
	15:00 ~ 15:40	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!)



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)

〒252-0134

相模原市緑区下九沢2368-1

指定管理者 総合体育館グループ運営共同企業体

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

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

20230919-1010