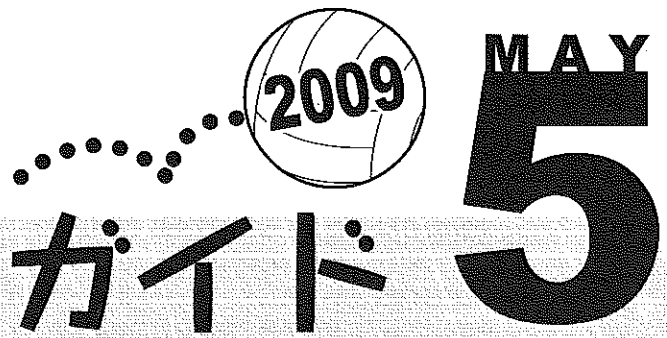


# 体育館



<http://www.kyoto-furitutaiikukan.jp>

## 9日 (土) スポーツを楽しむ日

**参加料** 各部300円  
 午前の部 9:30~11:30  
 午後の部 14:30~16:30  
 夜の部 18:30~20:30

どなたでも参加できます。

- ◇卓球・トランポリン・バドミントン (全日)
- ◇バレーボール (午前・夜)
- ◇フリーコーナー (午前・午後)
- ◇ミニバスもしくはバスケ (午後)
- ◇バスケットボール (夜)

## 10日 (日) シニアスポーツデー

**対象** 60歳以上の府民 10:00~11:30  
**参加料** 200円

血圧測定・体操・卓球・バドミントン・バスケットボール・ソフトバレーボール・トランポリン・健康体操等。医師、看護師が常駐、安心安全にスポーツが楽しめます。

## 10日 (日) 障害者スポーツのつどい

**対象** 障害者とその介助者 13:30~16:00  
**参加料** 無料

サーキット・トランポリン・ビームライフル・バドミントン・車椅子ハンドボール・卓球バレー・卓球・サウンドテーブルテニス等。

## 27日 (水) いきいきスポーツサークル

**対象** 中高年者 9:30~11:30  
**参加料** 300円

これから運動をしてみようという中高年の皆様を対象に健康いきいきふれあい仲間づくり。簡単筋トレ・バドミントン・卓球・ソフトバレーボール等。

## 健康体力相談

申込み事前予約制

**対象** 18歳以上  
**参加料** 300円

体力測定を行い、コンピューターによる体力診断を行います。実施日・時間についてはお問い合わせください。

## エアロビクス・各種トレーニング

**対象** 16歳以上  
**参加料** 300円

- ◆シェイプアップエアロ (SA)  
 毎週 火曜日 10:00~11:15  
 木曜日 10:45~12:00
- ◆スマイルトレーニング (ST)  
 毎週 月・金曜日 10:00~11:30
- ◆イージートレーニング (ET)  
 毎週 木曜日 9:15~10:30
- ◆SST  
 毎週 火曜日 14:00~15:15

いずれも開始時刻までに事務所で受付。  
 お子さまを連れての参加はできません。

## トレーニングルーム 休館日を除く毎日

午前の部 9:00~12:00 受付 11:00まで  
 午後の部 13:00~17:00 受付 16:00まで  
 夜の部 18:00~21:00 受付 20:00まで

**対象** 中学生以上の方  
**参加料** 各部300円

- ◆各種トレーニングマシンを設置
  - ◇カーディオ系 (トレッドミル、エアロバイク等)
  - ◇フリーウエイト
  - ◇筋力系マシン (コンビネーションマシン、ロータリートーン等)
  - ◇リラクゼーション (ストレッチボール、バランスボール等)
- ◆初心者を含め希望者には、第2土・日曜日を除く毎日13:00~17:00に器具の使い方等のトレーニング指導を行います。

# 5月のおもな行事

# MONTHLY SCHEDULE

1	金	サンクロ杯、バドミントン春季リーグ戦 (9:00~17:00)	一斉支払日	ST	
2	土	高校卓球春季インターハイ次予選 (9:00~21:00) 全日本卓球選手権ホープス以下京都予選 (9:00~21:00)			
3	日	京都市民バドミントン総合体育大会 (9:00~21:00)			
4	月	京都市民バドミントン総合体育大会 (9:00~21:00)		ST	
5	火	高校総体春季卓球大会 (インターハイ京都一次予選) (9:00~21:00) 全国レディース京都予選/京都シニア卓球大会 (9:00~21:00)	SA	SST	
6	水	新日本スポーツ連盟バドミントンリーグ団体戦 (9:00~21:00)			
7	木	スポーツ教室 (9:30~11:30)	ET	SA	
8	金	京都栄養医療専門学校球技大会 (9:00~17:00)		ST	
9	土	スポーツを楽しむ日 (9:30~11:30、14:30~16:30、18:30~20:30)			
10	日	シニアスポーツデー (10:00~11:30) 障害者スポーツのつどい (13:30~16:00) スポレク・全日本マスターズ京都予選卓球大会 (9:00~21:00)			
11	月	館登録テニス協議会リーグ戦昼の部 (9:00~17:00)		ST	
12	火	全国ママさんバレーボール大会府予選会 (9:00~17:00)	SA	SST	
13	水	休 館 日			
14	木	スポーツ教室 (9:30~11:30) 館登録バドミントン協議会リーグ戦夜の部 (18:00~21:00)	ET	SA	
15	金	京都バレーボール同好会リーグ戦 (9:00~21:00)		ST	
16	土	京都府高校総体バレーボール大会 (9:00~21:00)			
17	日				
18	月	館登録テニス協議会リーグ戦昼の部 (9:00~17:00) 館登録バドミントン協議会リーグ戦夜の部 (18:00~21:00)		ST	
19	火	近畿レディースバドミントンクラブ対抗 (9:00~21:00)	SA	SST	
20	水	館登録バドミントン協議会リーグ戦昼の部 (9:00~17:00) 館登録バドミントン協議会リーグ戦夜の部 (18:00~21:00)			
21	木	スポーツ教室 (9:30~11:30) スポーツクラブステップアップセミナー (バレーボール) (13:30~15:30) スポーツクラブステップアップセミナー (バレーボール) (18:30~20:30)	ET	SA	
22	金	全国ママさんバレーボール大会府予選会 (9:00~17:00)		ST	
23	土	京私幼協会教職員クォーターテニス大会 (9:00~17:00)			
24	日	京都社会人リーグ卓球団体戦 (9:00~21:00)			
25	月	館登録バドミントン協議会リーグ戦夜の部 (9:00~17:00)		ST	
26	火	近畿シニアバドミントン大会 (9:00~17:00) 新日本スポーツ連盟卓球平日リーグ戦 (9:00~21:00) 館登録バドミントン協議会リーグ戦夜の部 (18:00~21:00)	SA	SST	
27	水	館登録テニス協議会リーグ戦夜の部 (9:00~17:00) いきいきスポーツサークル (9:30~11:30) スポーツクラブステップアップセミナー (卓球) (13:30~15:30、18:30~20:30)			
28	木	スポーツ教室 (9:30~11:30) スポーツクラブステップアップセミナー (バレーボール) (13:30~15:30、18:30~20:30)	ET	SA	
29	金	新日本スポーツ連盟家庭婦人バレーボールリーグ戦 (9:00~17:00) 天授ヶ岡幼稚園母の会バレーボール大会 (9:00~12:00)		ST	
30	土	全国高等学校バドミントン選手権大会京都府予選会個人戦 (9:00~21:00)			
31	日	2009年少林寺拳法京都府大会 (9:00~21:00)			

ST スマイルトレーニング SA シェイプアップエアロ SST イーゼットトレーニング ET イーゼットトレーニング

交通案内

**アクセス**

- JR円町駅下車 北へ600m
- 市バス15・26・203・204・205
- JRバスは「大將軍」下車 西へ200m
- 市バス10は「等持院道」下車 南へ200m

※駐車場は収容能力が小さいので、できるだけ公共の交通機関を御利用ください。

※大会の開催等で駐車場を規制することがありますので、あらかじめ御了承ください。

お問い合わせは、京都府立体育館 〒603-8334 京都市北区大將軍鷹司町 TEL.075-462-9191 FAX.075-462-9192まで