

### 2009 京都府立体育館 サマーフェスタ 開催!

日時 平成21年7月26日(日)  
10:30~16:30

**入場無料**

内容 ①オープニングセレモニー(10:30~11:10)

- ◇開会式
- ◇催事 吹奏楽演奏・空手型披露

②フェスタ(11:10~16:30)

- ◇バドミントン・卓球・ソフトバレーボール・トランポリン
- ◇フリースペースで「親子でエンジョイ!スポーツ」
- ◇トレーニングルーム無料開放(中学生以上)・初心者指導・単体力測定
- ◇お茶席・近隣小中学校児童生徒美術作品展・府立高校の物品販売・フリーマーケット

### 11日 スポーツを楽しむ日 (土)

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)

### 12日 シニアスポーツデー (日)

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。

### 12日 障害者スポーツのつどい (日)

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・サウンドテーパーテニス等が楽しめます。

### 22日 いきいきスポーツサークル (水)

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が楽しめます。

### 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
- ◆イーリートレーニング(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ます。  
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350円

- ◆各種トレーニングマシーンを設置
  - ◇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。

# 7月のおもな行事

# MONTHLY SCHEDULE

1	水		休館日	
2	木	レディースバドミントン技術研修会 (9:00~17:00)	一言支払日	ET SA
3	金	館登録バレーボール協議会リーグ戦昼の部 (9:00~17:00) 館登録バレーボール協議会リーグ戦夜の部 (18:00~21:00)		ST
4	土	ミニバスケット京都選手権大会 (9:00~21:00)		
5	日			
6	月	館登録バレーボール協議会リーグ戦昼の部 (9:00~17:00) 館登録バレーボール協議会リーグ戦夜の部 (18:00~21:00)		ST
7	火	京都オープン近府県レディス卓球大会 (9:00~21:00)		SA SST
8	水		休館日	
9	木			ET SA
10	金	京私幼PTA連合会バレーボール大会 (9:00~17:00)		ST
11	土	スポーツを楽しむ日 (9:30~11:30、14:30~16:30、18:30~20:30) 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) 新日本スポーツ連盟卓球混合団体連盟リーグ (9:00~21:00)		
12	日			
13	月	館登録バレーボール協議会リーグ戦昼の部 (9:00~17:00) 館登録バレーボール協議会リーグ戦夜の部 (18:00~21:00)		ST
14	火	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)		SA SST
15	水	館登録バレーボール協議会リーグ戦昼の部 (9:00~17:00) 館登録バレーボール協議会リーグ戦夜の部 (18:00~21:00)		
16	木			ET SA
17	金			ST
18	土	近畿高等学校剣道大会準備 (9:00~21:00)		
19	日	近畿高等学校剣道大会 (9:00~21:00)		
20	月	近畿高等学校剣道大会 (9:00~21:00)		休み
21	火			SA SST
22	水	いきいきスポーツサークル (9:30~11:30)		
23	木	全国中学生ハンドボール大会京都市予選 (9:00~21:00)		ET SA
24	金	日本母親大会in京都準備 (9:00~21:00)		ST
25	土	日本母親大会in京都 (9:00~21:00)		
26	日	府立体育館サマーフェスタ (10:30~16:00)		
27	月	全国高校総体相撲競技大会準備 (9:00~21:00)		ST
28	火	全国高校総体相撲競技大会準備 (9:00~21:00)		SA SST
29	水	全国高校総体相撲競技大会準備 (9:00~21:00)		
30	木	全国高校総体相撲競技大会準備 (9:00~21:00)		ET SA
31	金	全国高校総体相撲競技大会リハーサル (9:00~21:00)		ST

ST スマイルトレーニング SA シェイプアップエアロ SST イーリートレーニング ET イーリートレーニング

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「等待院道」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。