

体育館



ガイド 4

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

10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)

11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。

11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・車椅子ハンドボール等が楽しめます。

21日28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

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。

スポーツ教室

春の教室

◆平成22年5月11日~6月15日 (6回)

毎週火曜日 9:30~11:45

バドミントン (24名)・卓球 (10名)・バレーボール (40名)・テニス (40名)

参加料 3,000円

受付期間 4月12日 (月)~4月18日 (日)

申込方法 往復ハガキのみ

- ※往復ハガキの往信にはスポーツ教室希望、住所、氏名 (フリガナ)、年齢、性別、電話番号、希望種目を記入してください。
- ※返信には住所、氏名を記入してください。
- ※往復ハガキは受付期間必着 (締切日の消印有効) とし、申込多数の場合は受付終了後に抽選を行います。
- ※定員に満たない場合もありますので、受付期間終了後はお問い合わせください。

詳しくは体育館まで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

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
- ◆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。

4月のおもな行事

MONTHLY SCHEDULE

1	木		一斉支払日 (ET) SA
2	金	日本プロバスケットボールbjリーグ戦準備 (9:00~21:00)	ST
3	土	日本プロバスケットボールbjリーグ戦 (9:00~21:00)	
4	日	日本プロバスケットボールbjリーグ戦 (9:00~21:00)	
5	月		ST
6	火	レディースサンクロレラ杯春季バドミントンリーグ戦 (9:00~17:00)	SA SST
7	水	休館日	
8	木	第21回サン・クロレラオール京都レディース卓球大会ダブルス (9:00~17:00)	(ET) SA
9	金		ST
10	土	スポーツを楽しむ日 (9:30~11:30、14:30~16:30、18:30~20:30)	
11	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)	
		たかつかさ保育園 同窓会 (9:00~12:00)	
		京都ハンドボールリーグ (13:00~21:00)	
12	月	レディースサンクロレラ杯春季バドミントンリーグ戦 (9:00~17:00)	ST
13	火	第32回全京都家庭婦人バレーボール大会 (9:00~17:00)	SA SST
14	水	休館日	
15	木	第32回全京都家庭婦人バレーボール大会 (9:00~17:00)	(ET) SA
16	金	第21回サン・クロレラオール京都レディース卓球大会シングルス (9:00~17:00)	ST
17	土	新日本スポーツ連盟28回京都団体&複合卓球大会 (9:00~21:00)	
18	日	バレーボール クラブ6人制選手権男女 (9:00~21:00)	
19	月	レディースサンクロレラ杯春季バドミントンリーグ戦 (9:00~17:00)	ST
20	火	第32回全京都家庭婦人バレーボール大会 (9:00~17:00)	SA SST
21	水	いきいきスポーツサークル (9:30~11:30)	
22	木	第21回サン・クロレラオール京都レディース卓球大会団体 (9:00~17:00)	
		京都バレーボール同好会審判講習会 (9:00~21:00)	(ET) SA
23	金	レディースサンクロレラ杯春季バドミントンリーグ戦 (9:00~17:00)	ST
24	土	22年度第52回関西学生新人卓球大会 (9:00~21:00)	
25	日	22年度第52回関西学生新人卓球大会 (9:00~21:00)	
26	月	京都第二赤十字看護専門学校3学年合同球技大会 (9:00~17:00)	ST
27	火	レディースサンクロレラ杯春季バドミントンリーグ戦 (9:00~17:00)	SA SST
28	水	京都調理師専門学校球技大会 (9:00~17:00)	
		いきいきスポーツサークル (9:30~11:30)	
29	木	京都障害者フライングディスク大会'10 (9:00~17:00)	
		小学生審判講習会 (9:00~21:00)	(ET) SA
30	金		ST

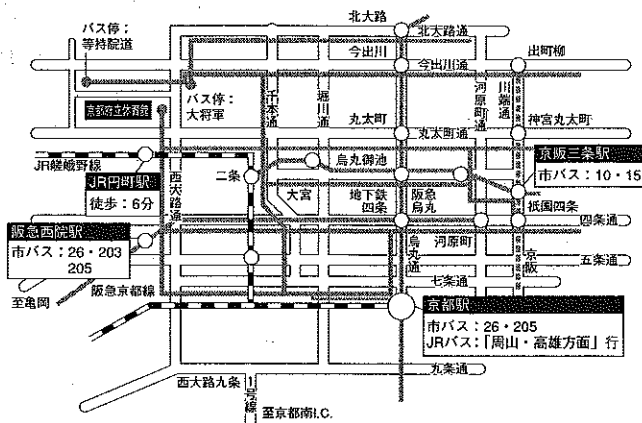
ST スマイルトレーニング

SA シェイプアップエアロ

SST

(ET) イージートレーニング

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。