

体育館ガイド

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

9日 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)
- ◇フリーコーナー (午前・午後)
- ◇バスケットボール (夜)
- ◇ミニバスケットボール (午後)

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ます。
 お子さまを連れての参加はできません。

10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。

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

- ◇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)

◆健康増進スポーツ相談◆

初心者を対象に、器具の使用方法等簡単なトレーニングの相談に応じます。(時間についてはお問い合わせください。)

10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が楽しめます。

スポーツ教室 秋の教室 ◆平成23年9月20日~10月25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 8月22日(月)~8月28日(日)
申込方法 往復ハガキのみ

※往復ハガキの往復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。

月のおもな行事

| | | | | |
|----|---|--|---------------------------------|--------|
| 1 | 金 | 京都府私立幼稚園PTA左京地区バレーボール大会 (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 | |
| 2 | 土 | 京都市立幼稚園第27回教職員クォーターテニス大会 (9:00~17:00) ステップアップセミナー (バドミントン) (9:30~11:30) (13:30~15:30) 館登録バレーボール協議会リーグ戦夜の部 (18:00~21:00) | | |
| 3 | 日 | 天皇杯皇后杯バレーボール府予選 (9:00~21:00) | | |
| 4 | 月 | 館登録バレーボール協議会リーグ戦昼の部 (9:00~17:00) | ST | |
| 5 | 火 | 第29回京都オープン近府県レディース卓球大会 (9:00~21:00) 館登録バレーボール協議会リーグ戦夜の部 (18:00~21:00) | ST SST | |
| 6 | 水 | 休館日 | | |
| 7 | 木 | 館登録バレーボール協議会リーグ戦昼の部 (9:00~17:00) | ET SA | |
| 8 | 金 | 京都府私立幼稚園PTA連合会バレーボール大会 (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) 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) フットサルリーグ (13:00~21:00) | | |
| 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) フットサルリーグ (13:00~21:00) | | |
| 11 | 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 | |
| 12 | 火 | 近畿親善バレーボール大会 (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 SST | |
| 13 | 水 | 休館日 | | |
| 14 | 木 | 新日本スポーツ連盟23年度バレーボールリーグ戦 (9:00~17:00) 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) | ET SA | |
| 15 | 金 | 第225回バレーボール大会 (9:00~21:00) | ST | |
| 16 | 土 | ミニバスケットサマー京都選手権大会 (9:00~21:00) | | |
| 17 | 日 | ミニバスケットサマー京都選手権大会 (9:00~17:00) | | |
| 18 | 月 | 第20回全国小学生選手権バドミントン府予選会 (9:00~21:00) | ST | |
| 19 | 火 | ポリショイサーカス準備 | | |
| 20 | 水 | | | |
| 21 | 木 | | | |
| 22 | 金 | | | |
| 23 | 土 | | | |
| 24 | 日 | ポリショイサーカス | | |
| 25 | 月 | | | |
| 26 | 火 | | 23年度近畿高校選手権卓球大会準備 (18:00~21:00) | ST SST |
| 27 | 水 | | 23年度近畿高校選手権卓球大会 (9:00~21:00) | |
| 28 | 木 | | 23年度近畿高校選手権卓球大会 (9:00~21:00) | ET SA |
| 29 | 金 | 23年度近畿高校選手権卓球大会 (9:00~21:00) | ST | |
| 30 | 土 | 関西インドネシアスポーツ大会 (9:00~21:00) | | |
| 31 | 日 | 第30回近畿ブロック卓球大会 (9:00~21:00) 中京バドミントンのタベ (18:00~21:00) | | |

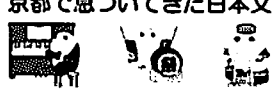
ST スマイルトレーニング SA シェイプアップエアロ SST 簡単体操等 ET イージートレーニング



国内最大の文化イベント
「国民文化祭」
2011年に京都で開催!

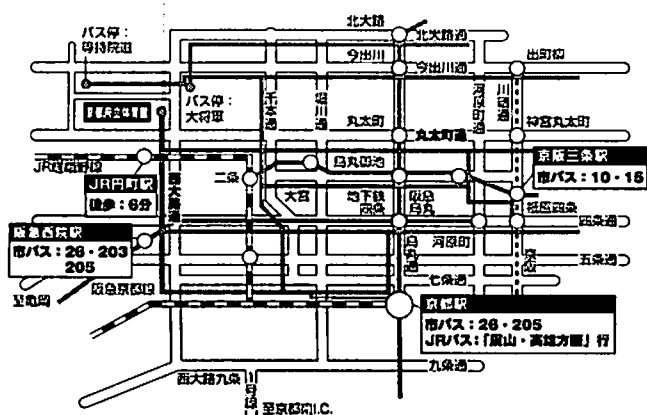
PR 沼見まゆまる

府内全域で約70のフェスティバルを開催します。
京都で息づいてきた日本文化の良さを見つめ直してみませんか?



ここを囲む〜文化ある
第26回国民文化祭・京都2011
平成23年10月29日◎ - 11月6日◎

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
京都府立体育館
 〒603-8334 京都市北区大將軍麩司町
 TEL.075-462-9191 FAX.075-462-9192