

体育館ガイド

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

11日 スポーツを楽しむ日

参加料 各部300円
午前の部 9:30~12:30
午後の部 13:00~16:00
夜部の部 17:00~20:00
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・13:00~14:30)
◇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(14:30~16:00)

今年は ロングバージョン!! 各部2時間~3時間 に延長して行います
開催日 4月14日・6月9日・8月11日(本年度の開催は3回のみとなります)

12日 シニアスポーツデー

対象 60歳以上の府民 参加料 200円 10:00~11:30

血圧測定・体操・卓球・バドミントン・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

対象 障害者とその介助者 参加料 無料 13:30~16:00

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。

15日 22日 いきいきスポーツサークル

対象 中高年者 参加料 300円 9:30~11:30

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。

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
◇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。)

京都府立体育館リニューアル工事に伴う休館のお知らせ

京都府立体育館は、平成24年10月1日(月)から平成25年3月31日(日)までリニューアル工事のため休館する予定です。
ご迷惑をおかけしますが、ご理解、ご協力をお願いいたします。
新しく生まれ変わる京都府立体育館にご期待ください。

8月のおもな行事

MONTHLY SCHEDULE

1	水	休 館 日	
2	木		一斉支払日 (ET) (SA)
3	金	All Day Match<京都市中体連ソフトテニス専門委員会強化部> (9:00~21:00)	(ST)
4	土		
5	日	京都社会人卓球リーグ (団体) (9:00~21:00)	
6	月	京都中学オープン卓球大会 (9:00~21:00)	(ST)
7	火	FFCフットサル関西学生リーグ (9:00~21:00) 館登録バレーボール協議会 夜リーグ (18:00~21:00)	(SA) (SST)
8	水	休 館 日	
9	木	館登録バレーボール協議会 夜リーグ (18:00~21:00)	(ET) (SA)
10	金	第35回京都レディース若葉卓球大会 (団体リーグ) (9:00~21:00)	(ST)
11	土	スポーツを楽しむ日 (9:30~12:30、13:00~16:00、17:00~20:00)	
12	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)	
13	月		(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	いきいきスポーツサークル (9:30~11:30)	
16	木	京都府社会人フットサルリーグ1部リーグ (9:00~21:00)	(ET) (SA)
17	金	館登録卓球協議会 昼夜交流大会 (9:00~21:00)	(ST)
18	土	第16回中京オープンバドミントン大会<中京区バドミントン協議会> (9:00~21:00)	
19	日	都市間交流交歓親善バドミントン大会 (9:00~17:00) 京都民医連共済会バレーボール大会 (9:00~17:00)	
20	月		(ST)
21	火	京都市学童連盟第1ブロックドッチ&ゲームフェスティバル (9:00~17:00)	(SA) (SST)
22	水	いきいきスポーツサークル (9:30~11:30)	
23	木		(ET) (SA)
24	金		(ST)
25	土	2012全日本青少年空手道選手権大会 (9:00~21:00)	
26	日		
27	月		(ST)
28	火	京都レディース卓球フェスティバル (9:00~21:00)	(SA) (SST)
29	水		<トレーニングルームは休館>
30	木		<トレーニングルームは休館> (ET) (SA)
31	金	新日本スポーツ連盟 第5回平日リーグ卓球大会 (9:00~17:00)	(ST)

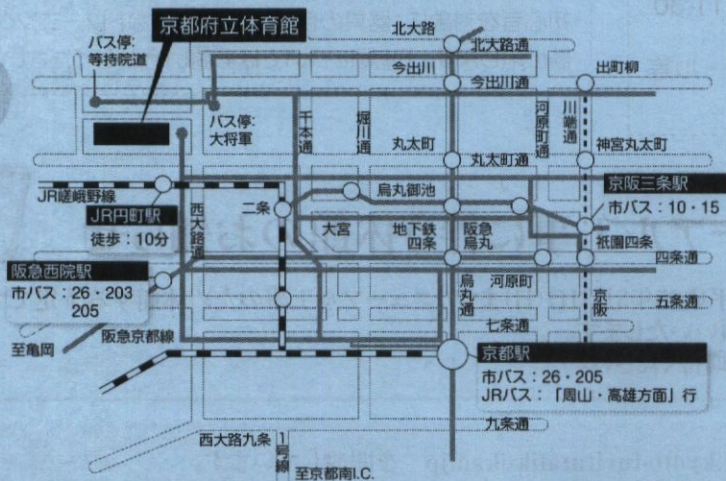
ST スマイルトレーニング

SA シェイプアップエアロ

SST 簡単体操等

ET イーゼイトレーニング

交通案内



アクセス

○JR丹波町駅下車 北へ600m
○市バス15・26・203・204・205、JRバス「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 京都市北区大將軍鷹司町
TEL.075-462-9191 FAX.075-462-9192