

体育館ガイド

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

SHIMADZU KYOTO CHALLENGER

男子 / 国際大会

第50回 島津全日本室内テニス選手権大会

2/27(木) ▶ 3/9(日)

3月8日(土)、9日(日) テニスクリニック開催(一般・ジュニア)

レッスン: 松岡修造プロ、福井烈プロ、神尾米プロ、本村剛一プロほか

★夢のトークショー 松岡修造プロ&竹下佳江さん(オリンピックバレーボール銅メダリスト) 3月9日(日) 11:00~

お問合せ先:「京都府テニス協会」tel 075-326-3745 大会サイト <http://shimadzu-alljapan-indoor.takyoto.com/>

健康体操

体育館2F南廊下(ホワイエ)では
皆さんの健康増進に役立つ4種類の運動プログラムを毎週実施しています。
参加は当日のみの受付で、登録などの煩わしさはありません。
気軽にご参加ください。

当日受付
2階事務室

対象
16歳以上の方

参加費
全て300円

★イージートレーニング ET

木曜日 9:15 ~ 10:30 (9:15 受付終了)

身体ほぐしを中心とした簡単なトレーニングやストレッチングなどで健康体づくりを目指します。運動強度は低めですので、これから運動を始める方もどうぞ!



★スマイルトレーニング ST

月・金曜日 10:00 ~ 11:30 (10:00 受付終了)

各種のトレーニングやストレッチング・ウォーキング、ランニング等で健康体づくりを目指します。



★シェイプアップエアロ(初級) SA

火曜日 10:00 ~ 11:15 (10:00 受付終了)

木曜日 10:45 ~ 12:00 (10:45 受付終了)

音楽に合わせて簡単なエアロビクスエクササイズを行ったり、ストレッチング等で健康づくりを目指します。



★SST(すっきりすこやか体操)

火曜日 14:00 ~ 15:15 (14:00 受付終了)

島津アリーナ京都職員による、ゆるやかな身体ほぐし運動を行います。身体のすっきりリフレッシュを!!



スポーツ振興事業

| 事業名 | 参加料 | 開催日 | 時間 | 対象 | 内容 |
|--------------|------|----------------|--------------------------|--------------|--|
| シニアスポーツデー | 200円 | 3/16 日曜日 | 10:00~11:30 受付開始9:15 | 60歳以上の府民対象 | 血圧測定後 ソフトバレー、バドミントン、卓球、 ウォーキング等 |
| 障害者スポーツのつどい | 無料 | | 13:30~16:00 受付開始13:00 | 障害者とその家族、介助者 | 卓球バレー、車イスハンド、風船バレー、 トランポリン、ビームライフル等 |
| いきいきスポーツサークル | 300円 | 3/19、26 水曜日 | 9:30~11:30 受付開始9:00 | 中高年の方 | 転倒防止トレーニング 卓球、バドミントン、ソフトバレー等 |

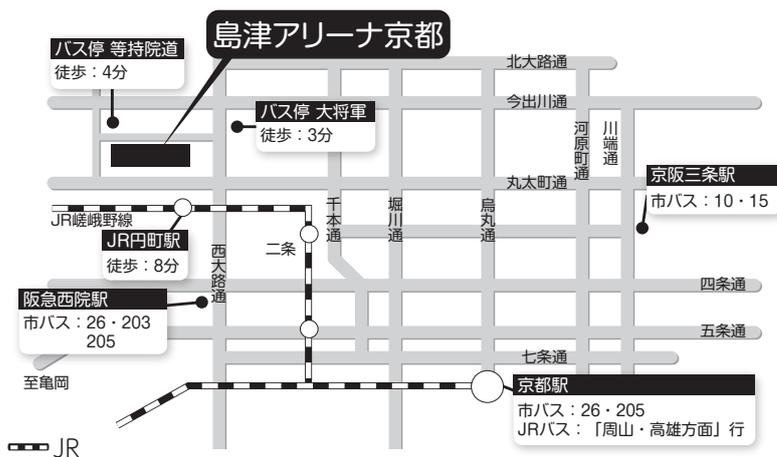
| 日 | 曜日 | 行事 | 健康体操等 | 駐車場 | | |
|----|----|---|--------------|-----|----|---|
| | | | | 午前 | 午後 | 夜 |
| 1 | 土 | | ※1 | △ | △ | △ |
| 2 | 日 | | ※1 | △ | △ | △ |
| 3 | 月 | | ※2 | △ | △ | △ |
| 4 | 火 | | ※1 | △ | △ | △ |
| 5 | 水 | 第50回島津全日本室内テニス選手権大会 | ※1 | △ | △ | △ |
| 6 | 木 | | ※1 | △ | △ | △ |
| 7 | 金 | | ※1 | △ | △ | △ |
| 8 | 土 | | ※1 | ▲ | ▲ | ▲ |
| 9 | 日 | | ※2 | ▲ | ▲ | |
| 10 | 月 | | ST | | | |
| 11 | 火 | スポーツ教室2期⑤ (9:30~11:45) (13:15~15:30) きッズスポーツサークル (16:00~17:00) ソフトテニス教室 (西京極スポーツネットワーク主催) | SA・SST | | | |
| 12 | 水 | 休館日 | | | | |
| 13 | 木 | 京都レディース卓球 とんでとんで3Sリーグ大会 | ET・SA | ▲ | ▲ | |
| 14 | 金 | | ST | | | |
| 15 | 土 | 新日本スポーツ連盟 オールクラス別卓球大会 | | △ | △ | |
| 16 | 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) 中京区バドミントン大会 | | | | |
| 17 | 月 | 学生フットサルリーグ (スポルテ) | ST | | | |
| 18 | 火 | スポーツ教室2期⑥ (9:30~11:45) (13:15~15:30) ソフトテニス教室 (西京極スポーツネットワーク主催) | SA・SST | | | |
| 19 | 水 | いきいきスポーツサークル (9:30~11:30) | | | | |
| 20 | 木 | ソフトテニス教室 (西京極スポーツネットワーク主催) | ET・SA | | | |
| 21 | 金 | 京都バスケットボールカーニバル | ST | ▲ | ▲ | |
| 22 | 土 | ミニバスケットボール 全国大会出場チーム壮行試合 | | ▲ | ▲ | |
| 23 | 日 | ミニバスケットボール 技術講習会・練習会 | | ▲ | ▲ | |
| 24 | 月 | | ST | | | |
| 25 | 火 | ソフトテニス教室 (西京極スポーツネットワーク主催) | SA・SST | | | |
| 26 | 水 | いきいきスポーツサークル (9:30~11:30) | | | | |
| 27 | 木 | ソフトテニス教室 (西京極スポーツネットワーク主催) | ET・SA | | | |
| 28 | 金 | | < 5月分一斉支払日 > | ST | | |
| 29 | 土 | 館登録SCバドミントン夜協議会 後期リーグ戦 | | | | |
| 30 | 日 | 京都社会人卓球リーグ (団体) | | ▲ | ▲ | |
| 31 | 月 | | ST | | | |

太字は体育館主催の行事です。

健康体操等 ST：スマイルトレーニング SA：シェイプアップエアロ SST：すっきりすこやか体操 ET：イーリートレーニング
※1：トレーニングルームは休館 ※2：トレーニングルームは「夜の部」のみ開館

駐車場 △ = 混雑が予想される。 × = 駐車できない。
▲ = 混雑が予想される上に、大会開催のため、駐車場の一部が制限されます。

交通案内



アクセス

- JR円町駅下車 北へ600m 徒歩8分
- 市バス15・26・203・204・205 「大将軍」下車 西へ200m 徒歩3分
- 市バス10は「等持院道」下車 南へ300m 徒歩4分
- JRバス「大将軍」下車 西へ200m 徒歩3分

※駐車場に限りがありますので、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

島津アリーナ京都
〒603-8334 京都市北区大将軍鷹司町
TEL.075-462-9191 FAX.075-462-9192
E-mail: taiikukan@pref.kyoto.lg.jp

島津アリーナ京都

検索