

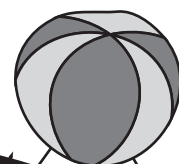
体育館ガイド

9月号

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



9月13日(土)



入場無料

2014.9 体育館フェスタ

in 島津アリーナ京都



日時 平成26年9月13日(土) 9:30~20:00

※トレーニングルームは 9:00~21:00

会場 島津アリーナ京都 (京都府立体育館)

内容 バドミントン・ソフトバレー・トランポリン・卓球などのスポーツエリアに加え、健康体操や体力測定・トレーニングルーム開放及び物品販売・文化事業など
※上靴はご準備ください。卓球・バドミントンのラケットは無料貸出します。



スポーツプログラム

プログラム名	参加料	開催日	時間	申込方法	対象	内容
シニアスポーツデー	200円	9/14 (日)	10:00~11:30	9:15~	60歳以上の府民の方	血圧測定後、卓球など各種スポーツを体験。医師が常駐していますので、安心して参加いただけます。
障害者スポーツのつどい	無料		13:30~16:00	13:00~	当日受付 開始時刻までに1階受付までお越しください	障害者とそのご家族、介護者
いきいきスポーツサークル	300円	9/17 (水) 9/24 (水)	9:30~11:30	9:00~	中高年の方	転倒防止トレーニングを参加者全員で実施した後、卓球、バドミントン、ソフトバレーなどの中から、好きな種目を選んで参加いただけます。

プログラム名	参加料	開催日	時間	申込方法	対象	内容	
健康体操	300円	毎週	月金	10:00~11:30	当日受付 開始時刻までに2階体育館事務室までお越しください	16歳以上の方	各種トレーニングやストレッチ・ウォーキングなど
			火木	10:00~11:15 10:45~12:00			音楽に合わせて簡単なエアロビックエクササイズ
			木	9:15~10:30			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
			火	14:00~15:15			ゆるやかな身体ほぐし運動

日	曜日	行事	健康体操等	駐車場		
				午前	午後	夜
1	月	< 一斉支払日 >	ST			
2	火		SA・SST			
3	水	休館日				
4	木	京都オープンレディース卓球大会、第一三共レディース近畿ブロック予選	ET・SA	△	△	△
5	金		ST			
6	土	関西学生バスケットボールリーグ				
7	日	関西学生バスケットボールリーグ チャンピオン大会 女子バレーボール競技北区予選		▲	▲	
8	月	京都バレーボール同好会244回大会	ST	△	△	△
9	火	新日本スポーツ連盟 家庭婦人バレーボール協議会リーグ戦	SA・SST	△	△	
10	水	休館日				
11	木		ET・SA			
12	金		ST			
13	土	体育館フェスタ		▲	▲	△
14	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) 新日本スポーツ連盟 京都スポーツ祭典京都卓球大会 (個人)				
15	月	全日本卓球選手権 (ジュニアの部) 京都予選 館登録卓球 昼夜交流大会① 館登録バレーボール(夜) 後期リーグ戦①	ST	▲	▲	▲
16	火	京都オープンレディース卓球 ベストカップル大会	SA・SST	▲	▲	▲
17	水	いきいきスポーツサークル (9:30~11:30) ステップアップセミナー 卓球①				
18	木	館登録バレーボール(夜) 後期リーグ戦②	ET・SA			
19	金	京都府レディースバドミントン 秋季リーグ	ST	▲	△	
20	土			△	△	
21	日	京都オープンフットサルフェスタ決勝大会 (F F C)		△	△	
22	月	京都府レディースバドミントン 秋季リーグ	ST	▲	△	
23	火	中京ソフトバレーボール親睦会 「ハチドリカップ」	SA・SST	▲	▲	
24	水	いきいきスポーツサークル (9:30~11:30) ステップアップセミナー 卓球②				
25	木	スポーツ教室 I期 ①	ET・SA			
26	金	京都府レディースバドミントン 秋季リーグ 館登録バレーボール(夜) 後期リーグ戦③	ST	▲	△	
27	土	京都府専修学校各種学校体育大会		▲	▲	
28	日	京都社会人卓球リーグ (団体)		▲	▲	△
29	月		ST			
30	火	京都府レディースバドミントン 秋季リーグ	SA・SST	▲	△	

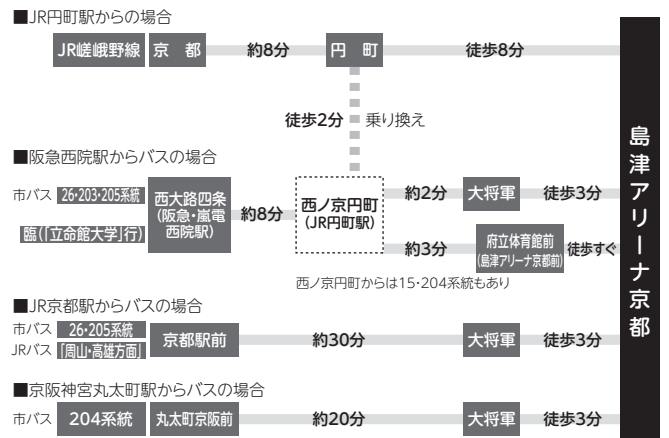
健康体操等 ST：スマイルトレーニング SA：シェイプアップエアロ SST：すっきりすこやか体操 ET：イージートレーニング

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る。

交通案内



アクセス



※ 駐車場に限りがありますので、公共交通機関をご利用ください。
※ 大会の開催等で駐車場を規制することがあります。ご了承ください。

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