

体育館 ガイド

2015
7月号

島津アリーナ京都
(京都府立体育館)

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

毎月第2土曜日は、島津アリーナ京都でスポーツを楽しもう!

スポーツを楽しむ日

今月は
「7月11日」開催!



対象：小学生以上 (小学生未満は保護者同伴)
 時間帯： 9:30 ~ 12:30
 13:00 ~ 16:00
 17:00 ~ 20:00
 参加料：各部300円

卓球やバドミントン、バレーボールやバスケットボールなど、様々な種目のスポーツが楽しめます。子どもも楽しめるトランポリンや跳び箱にマット、フリースペースではフラフープやソフトバレーボールも楽しめます。

家族みんなで楽しめる「スポーツを楽しむ日」に、ぜひお越しください!

***9月12日には、体育館を無料開放する「体育館フェスタ」を実施します。**

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	7/12 (日)	10:00~11:30	9:15~	当日受付	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~		障害者とそのご家族、介護者 卓球バレー、車イスハンドボール、風船バレー、トランポリン、ビームライフルなど、様々な運動が体験できます。
いきいきスポーツサークル	300円	7/15 (水) 7/22 (水)	9:30~11:30	9:00~	18歳以上の方	健康づくりの体操や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、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	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	行事予定表	健康体操等	駐車場		
				午前	午後	夜
1	水	全日本実業団バドミントン選手権大会		△	△	△
2	木	全日本実業団バドミントン選手権大会	×	△	△	△
3	金	全日本実業団バドミントン選手権大会	×	△	△	△
4	土	全日本実業団バドミントン選手権大会		▲	▲	△
5	日	全日本実業団バドミントン選手権大会		▲	▲	△
6	月	京都バレーボール同好会 リーグ戦	ST	▲	▲	△
7	火	Sリーグバレーボール大会	SA・SST			
8	水	休館日				
9	木	京都オープン近府県レディース卓球大会 館登録バレーボール(夜) 前期リーグ戦⑦	ET・SA	▲	▲	△
10	金	京私幼PTA連合会バレーボール大会	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) 新日本スポーツ連盟 京都スポーツ祭典卓球大会				
13	月	館登録バレーボール(昼) 前期リーグ戦①	ST	△	△	
14	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			
15	水	いきいきスポーツサークル (9:30~11:30) 館登録卓球(昼) 前期リーグ戦				
16	木	館登録バレーボール(昼) 前期リーグ戦② 京の子どもダイヤモンドプロジェクト	ET・SA	△	△	
17	金		ST			
18	土	京都市保育連盟 各区対抗バレーボール大会 バウンドテニスパフォーマンス 館登録バレーボール(夜) 前期リーグ戦⑧				
19	日	ソフトバレーボール サマーフェスティバル		△	△	
20	月	京都府小学生つなぎ大会	ST	△	△	
21	火	館登録バレーボール(昼) 前期リーグ戦③ 館登録バレーボール(夜) 前期リーグ戦⑨	SA・SST	△	△	
22	水	いきいきスポーツサークル (9:30~11:30)				
23	木	京都市中学校選手権総合体育大会(バスケットボール)	ET・SA			
24	金		ST	▲	▲	▲
25	土					
26	日			×	×	×
27	月		ST	×	×	×
28	火		SA			
29	水	全国高校総体 バスケットボール競技大会		×	×	×
30	木	全国高校総体 バスケットボール競技大会	×	×	×	×
31	金		ST			

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

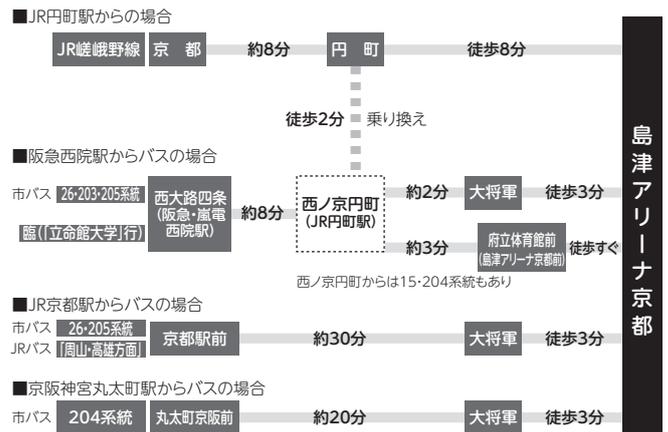
△ = 混雑が予想される。 × = 駐車できない。

駐車場 ▲ = 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