

体育館 ガイド

2017

9
月号

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

welcome 9月9日(土)

2017 体育館フェスタ in 島津アリーナ京都

入場無料

まゆまろ
もくろやー
13:00
13:40
「フェスタ」
記念式典

日時 平成29年9月9日(土) 9:30~20:30
※トレーニングルームは 9:00~21:00 (最終受付 20:00)
会場 島津アリーナ京都(京都府立体育館)
内容 第1・2競技場、トレーニングルーム、健康体操の活動に参加される方は、
上靴をご準備ください。卓球、バドミントンのラケットは、無料で貸出します。



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	9/10(日)	10:00~11:30	9:15~	当日受付	60歳以上の方 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、介助者 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	9/20(水) 9/27(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に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 木 金	9:15~10:30 14:00~15:15 10:45~12:00	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
			月 金	10:45~12:00 9:15~10:30			呼吸法とともにゆっくりと体をほぐしながらポーズをとるなどの体操
			火 木	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
			火 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

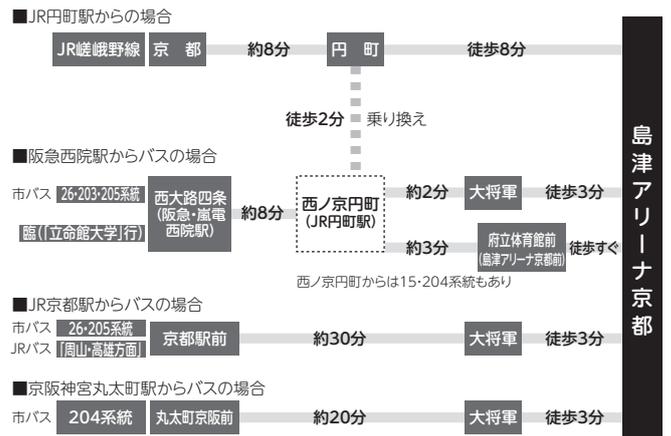
日	曜	行事予定表	トレーニングルーム	健康体操等	駐車場		
					午前	午後	夜
1	金	京都日本語学校運動会	○	FY・ST	△	△	
2	土	館登録卓球(夜) 昼夜交流戦①	○		×	×	×
3	日	THE REAL FIGHT(ボクシング) 京都府民総体卓球 マスターズの部	×		×	×	×
4	月	新日本スポーツ連盟 家庭婦人バレーボール協議会 リーグ戦 Sリーグバレーボール大会	○	ST・FY	▲	▲	▲
5	火		○	ET・SA・SST			
6	水	休館日					
7	木	京都バレーボール同好会 リーグ戦	○	ET・SA・ST	▲	▲	▲
8	金		○	FY・ST			
9	土	体育館フェスタ(体育館無料開放日)	○		▲	▲	△
10	日	チャンピオン大会(バレーボール女子) 北区予選 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)	○		▲	△	
11	月	京都府レディースバドミントン秋季リーグ戦	○	ST・FY	▲	▲	△
12	火	全国ママさんバレーボール冬季大会 府予選	○	ET・SA・SST	▲	▲	△
13	水	休館日					
14	木	京都府レディースバドミントン秋季リーグ戦 京の子どもダイヤモンドプロジェクト	○	ET・SA・ST	▲	▲	△
15	金	月かげ保育園運動会	○	FY・ST	▲	▲	
16	土	牧杯ジュニアフェンシング選手権大会 バウンドテニスパフォーマンス	○		△	▲	▲
17	日	牧杯ジュニアフェンシング選手権大会	○		▲	▲	▲
18	月	牧杯ジュニアフェンシング選手権大会	○	ST・FY	▲	▲	△
19	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	○	ET・SA・SST	▲	▲	△
20	水	いきいきスポーツサークル(9:30~11:30) 館登録バレーボール(夜) 後期リーグ戦①	○				▲
21	木	京都バレーボール同好会 リーグ戦 新体力テスト(京都府教育委員会)	○	ET・SA・ST	▲	▲	▲
22	金	京都府レディースバドミントン秋季リーグ戦	○	FY・ST	▲	▲	△
23	土	京都オープンフットサルフェスタ	○		▲	△	
24	日	京都オープンフットサルフェスタ	○		▲	△	
25	月		○	ST・FY			
26	火	京都府レディースバドミントン秋季リーグ戦	○	ET・SA・SST	▲	▲	△
27	水	いきいきスポーツサークル(9:30~11:30) 運動会(社会福祉法人妙林苑)	○		▲	▲	
28	木	京都オープンレディース卓球 ベストカップルリーグ ダブルス	○	ET・SA・ST	▲	▲	△
29	金	幼児のつどい(京都知的障害者福祉施設協議会) 新日本スポーツ連盟 金曜リーグ卓球大会	○	FY・ST	▲	▲	▲
30	土	第39回 京都府専修学校体育大会	○		▲	▲	△

健康体操等 ST:スマイルトレーニング FY:フィットネスヨガ体操 ET:イージートレーニング SA:シェイプアップエアロ SST:すっきりすこやか体操
 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、駐車場のほとんどが制限される。

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 鳥津アリーナ京都 〒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

鳥津アリーナ京都 検索