



島津アリーナ京都 (京都府立体育館)

3 2019  
月号

# 体育館 ガイド



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

2018 / 2019

## V・ファイナルステージファイナル3

《女子京都大会》

ファイナル8 2位, 3位のチームが、ラストステージ (優勝決定戦)  
出場に向けて熱戦を繰り広げる!

開催日 平成31年 3月30日(土)・31日(日)

開始時間 15時00分

会場 島津アリーナ京都 (京都府立体育館)

対戦カード 3月30日 ファイナル8 2位 vs ファイナル8 3位  
3月31日 ファイナル8 2位 vs ファイナル8 3位

主催：一般社団法人日本バレーボールリーグ機構  
公益財団法人日本バレーボール協会  
主管：京都府バレーボール協会

チケット販売  
発売日：平成31年3月8日(土) 予定  
販売場所：Vチケ

問合せ先  
京都府バレーボール協会  
【090-5647-6587】 (10時~18時のみ)

### 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                     |   |
|--------------|------------|----------------------|--|---------------------------|------------------------------|------------------------|---|
| スポーツを楽しむ日    | 各部<br>300円 | 3/9 (土)              | 9:30~12:30<br>13:00~16:00<br>17:00~20:00 | 9:30~<br>13:00~<br>17:00~ | 当日受付<br>開始時刻までに1階受付までお越しください | 小学生以上<br>(小学生未満は保護者同伴) | バドミントン、卓球、トランポリン、バレー、ミニバスなど、好きな種目を選んで参加できます。                      |
| シニアスポーツデー    | 200円       | 3/10 (日)             | 10:00~11:30                              | 9:15~                     |                              | 60歳以上の方                | 血压測定後、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       | 3/20 (水)<br>3/27 (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<br>木 | 9:15~10:30<br>14:00~15:15<br>10:45~12:00 | 当日受付<br>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<br>金 | 10:45~12:00<br>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<br>木 | 10:45~12:00                              |                                  |         | 火曜：音楽に合わせて簡単なエアロビックエクササイズ<br>木曜：講師オリジナルの変化 (プラス)    |
|        |      |     | 火<br>木 | 9:15~10:30                               |                                  |         | 火曜：ストレッチポールを使用した運動<br>木曜：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 |   | ○         | FY-ST     |     |    |   |
| 2  | 土 | バドミントン協議会（昼）・卓球協議会（夜）ステップアップセミナー                                  | ○         |           | ▲   | ▲  | ▲ |
| 3  | 日 | バドミントン協議会（夜）後期リーグ戦  | ○         |           | ▲   | ▲  | ▲ |
| 4  | 月 |   | ○         | ST-FY     | △   | △  |   |
| 5  | 火 | 新日本スポーツ連盟 メイトリーグ卓球大会  | ○         | ET-SA-SST | ▲   | ▲  | ▲ |
| 6  | 水 | 休館日   |           |           |     |    |   |
| 7  | 木 | スポーツ教室・きっずスポーツサークルⅡ⑥<br>京の子どもダイヤモンドプロジェクト                         | ○         | ET-SA+ST  |     | △  |   |
| 8  | 金 | クイーンズリーグ卓球大会  | ○         | FY-ST     | ▲   | ▲  |   |
| 9  | 土 | スポーツを楽しむ日（9:30～12:30）（13:00～16:00）（17:00～20:00）                   | ○         |           |     |    |   |
| 10 | 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）<br>卓球協議会（夜） 昼夜交流戦 | ○         |           | ▲   | ▲  | ▲ |
| 11 | 月 |   | ○         | ST-FY     |     | △  |   |
| 12 | 火 | 京都レディース3Sとんとんで卓球大会 団体リーグ  | ○         | ET-SA-SST | ▲   | ▲  | ▲ |
| 13 | 水 | 休館日   |           |           |     |    |   |
| 14 | 木 |   | ○         | ET-SA+ST  |     |    |   |
| 15 | 金 |   | ○         | FY-ST     |     | ▲  |   |
| 16 | 土 |   | ○         |           | △   | △  |   |
| 17 | 日 | 近畿ブロックバウンドテニス選手権大会 中京バドミントン大会                                     | ○         |           | ▲   | ▲  | △ |
| 18 | 月 | 日本医歯薬バレーボール大会   | ○         | ST-FY     | ▲   | ▲  |   |
| 19 | 火 | テニス協議会（夜）ステップアップセミナー⑤ 日本医歯薬バレーボール大会                               | ○         | ET-SA-SST | ▲   | ▲  |   |
| 20 | 水 | いきいきスポーツサークル（9:30～11:30）  | ○         |           |     |    |   |
| 21 | 木 | 京都バスケットボールカーニバル   | ○         | ET-SA+ST  | ▲   | ▲  | ▲ |
| 22 | 金 |   | ○         | FY-ST     |     |    |   |
| 23 | 土 | 日本実業団選抜ソフトテニス選手権大会  | ○         |           | ▲   | ▲  | ▲ |
| 24 | 日 | 日本実業団選抜ソフトテニス選手権大会  | ○         |           | ▲   | ▲  |   |
| 25 | 月 |   | ○         | ST-FY     |     |    |   |
| 26 | 火 | 右京ブロック児童館交流行事 スポーツ交流会<br>テニス協議会（夜）ステップアップセミナー⑥                    | ○         | ET-SA-SST | ▲   | ▲  |   |
| 27 | 水 | いきいきスポーツサークル（9:30～11:30）  | ○         |           |     |    |   |
| 28 | 木 |   | ○         | ET-SA+ST  | ×   | ×  | ▲ |
| 29 | 金 |   | ○         | FY-ST     | ×   | ×  | ▲ |
| 30 | 土 | V・プレミアリーグ ファイナル3  | ×         |           | ×   | ×  | × |
| 31 | 日 | V・プレミアリーグ ファイナル3  | ×         |           | ×   | ×  | × |

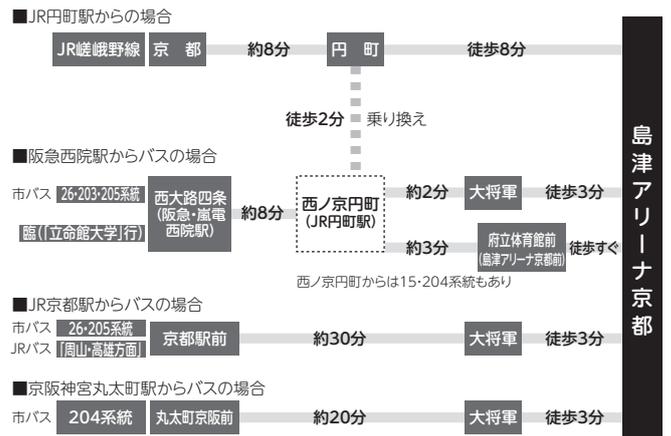
健康体操等 ST：スマイルトレーニング FY：フィットネスヨガ体操 ET：イージートレーニング SA：シェイプアップエアロ  
SA+：シェイプアップエアロプラス SST：すっきりすこやか体操

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 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