

体育館 ガイド

11 2021
月号



ホームページはこちら

体育館のご利用について

新型コロナウイルス感染症対策に

ご協力をお願いします。

ホームページ
QRコード ▶



新しい情報は
こちらでチェック

来館前

- 熱やのどの痛みなどがある時は自宅で過ごしてください。
- 体調に不安があるときは、大事をとる勇気を持ちましょう！



ステイホーム

来館時・利用中

チェックリスト

- 入館前に必ずチェックリストを記入してください。
- 入館の際は、必ずマスクを着用してください。
※活動に際しては、身体への負担を考えながら対応してください。
- 入館時に必ず検温と消毒をお願いします。
(37.5℃以上の方、その他体調の優れない方の入館をお断りします。)
- 入館後は、お互いにソーシャルディスタンスを守り、活動中の大声やハイタッチなども控えてください。
- トレーニングルームの利用は、利用時間1時間・入場制限15人・マスク着用でお願いします。
※器具利用後の消毒にもご協力ください。



検温と消毒



マスク着用



ソーシャル
ディスタンス



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
スマイルトレーニング	300円	毎週	月 9:15~10:30 木 14:00~15:15 金 10:45~12:00	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
フィットネスヨガ体操			月 10:45~12:00 金 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
シェイプアップエアロ			火 10:45~12:00 木			音楽に合わせた簡単なエアロビクスエクササイズ
イーリートレーニング			火 9:15~10:30 木			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、ソフトエアロやウォーキング
すっきりすこやか体操			火 14:00~15:15 木			ゆるやかな体ほぐし運動

※トレーニングルームは利用制限を実施しています。詳細はホームページをご覧ください。

※今後の新型コロナウイルス感染症の状況により、ご利用内容に変更が生じることがあります。

日	曜	行事予定表	トレーニング ルーム	健康体操等	駐車場利用不可日 午前 午後 夜		
1	月		夜	ST・FY			
2	火	中京区保育園合同子ども大会（運動会） 中止	午前	ET・SA・SST			
3	水	休館日					
4	木	バレーボールNewリーグ バレーボール協議会（夜） 後期リーグ戦④	午前	ET・SA・ST			
5	金	2021／22-V.LEAGUE女子大会（準備） 中止	夜	FY・ST			
6	土	2021／22-V.LEAGUE女子大会 中止	×				
7	日	2021／22-V.LEAGUE女子大会 中止	×				
8	月	京都市左京南支部PTAバレーボール交歓会	夜	ST・FY			
9	火	京都レディース若葉卓球大会	午前	ET・SA・SST			
10	水	休館日					
11	木	新日本スポーツ連盟—メイトリーグ卓球大会 中止 京の子どもダイヤモンドプロジェクト	午前	ET・SA・ST			
12	金	スポーツ教室Ⅰ⑤・きっずスポーツサークル⑤ 中止	夜	FY・ST			
13	土	スポーツを楽しむ日 中止	×				
14	日	シニアスポーツデー・障害者スポーツのつどい 中止 京都障害者交流卓球大会 卓球協議会（夜） 後期リーグ戦①	×				
15	月	子どもフェスティバル幼児サッカー大会 中止	夜	ST・FY			
16	火	バレーボール協議会（昼） 後期リーグ戦④ 中止	午前	ET・SA・SST			
17	水	いきいきスポーツサークル 中止 卓球協議会（夜） 後期リーグ戦②	夜				
18	木	右京区私立幼稚園PTAバレーボール親睦試合 京都府私立幼稚園連盟中下南地区PTA卓球大会	午前	ET・SA・ST			
19	金	スポーツ教室Ⅰ⑥・きっずスポーツサークル⑥ 中止	夜	FY・ST			
20	土	全日本バレーボール高等学校選手権大会—府決勝戦 中止	×				
21	日	京都府民総合体育大会市町村交流バレーボールマスターズ大会	×				
22	月		夜	ST・FY			
23	火	社会人リーグ（団体） 卓球大会 T・R・C・MC	午前	ET・SA・SST			
24	水	いきいきスポーツサークル 中止 バレーボール協議会（夜） 後期リーグ戦⑤ 卓球協議会（夜） 後期リーグ戦③	夜				
25	木	京私幼PTA左京地区バレーボール実技講習会（親善大会）	午前	ET・SA・ST			
26	金	京都市中学校育成学級等合同運動会	夜	FY・ST			
27	土	京都マスターズ綱引交流大会 パウンドテニスパフォーマンス	×				
28	日	卓球協議会（夜） 後期リーグ戦④ めざせ！パラマスター!!（パラ競技体験） 中京バレーボール交流大会「タナケンカップ」	×				
29	月	バレーボール協議会（昼） 後期リーグ戦② 中止	夜	ST・FY			
30	火	バレーボール協議会（昼） 後期リーグ戦③ 中止	午前	ET・SA・SST			

トレーニングルームの利用時間帯について 午前…10:00～13:00 夜…18:00～20:00 となります。最新のご利用時間等はHPをご確認ください。

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

健康体操等

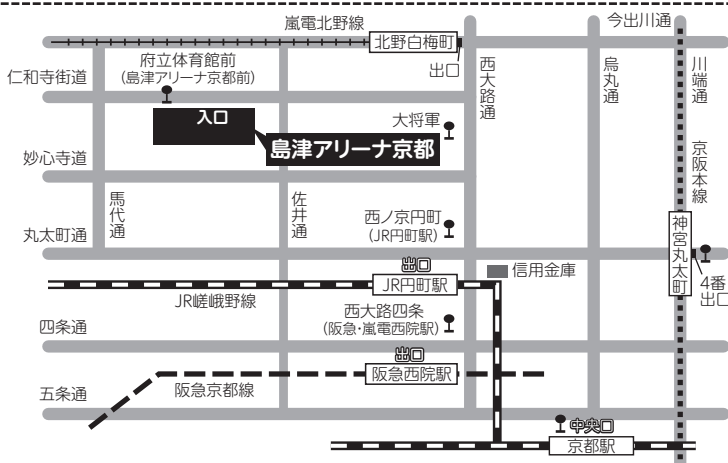
SST：すっきりすこやか体操

駐 車 場

駐車場には限りがありますので、大会等開催される時は混雑が予想されます。
できるだけ公共交通機関をご利用していただくよう協力お願いします。

10月4日現在の情報です。新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から10月5日以降に中止とされた行事は反映されていません。最新の中止の状況は島津アリーナ京都にお問い合わせください。

交通案内



アクセス

■JR丹波町駅からの場合

JR嵯峨野線 京 都 約8分 丹 町 徒歩8分

徒歩2分 乗り換え

■阪急西院駅からバスの場合

市バス 26・203・205系統 西大路四条 (阪急・嵐電 西院駅) 約8分 西ノ京町 (JR丹波町駅) 約2分 大将軍 徒歩3分
嵐(立命館大学)行 約3分 府立体育館前 (島津アリーナ京都前) 徒歩すぐ
西ノ京町からは15・204系統もあり

■JR京都駅からバスの場合

市バス 26・205系統 JRバス 周山・高雄方面 京都駅前 約30分 大将軍 徒歩3分

■京阪神宮丸太町駅からバスの場合

市バス 204系統 丸太町京阪前 約20分 大将軍 徒歩3分

※ 駐車場に限りがありますので、公共の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