

体育館ガイド



島津アリーナ京都
(京都府立体育館)

2022
5月号

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

ホームページはこちら



いきいきスポーツサークル

(18歳以上の方なら誰でも参加できます。高校生不可)

期 日 5月25日(水) ※5月18日(水) は中止します。

時 間 受付 9:00 開始 9:30 ~ 11:30

参加料 300円

○まずは、全員で体操やストレッチ、簡単なトレーニング

○その後、3種目の中から好きな種目を選んで活動



※トレーニングウェア、室内用運動靴を準備してください。

※ラケットがあればお持ちください。(有料ですが、貸し出し用ラケットがあります。)

※便利でお得な共通回数券も利用できます。

※入館の際、必ず「新型コロナウイルス感染症対策チェックリスト」をご記入ください。

感染症対策に
御協力ください!!

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	
健康体操	スマイルトレーニング	300 円	毎週	月	9:15 ～ 10:30	当日受付	15 歳以上の方 (中学生不可)	各種トレーニングやストレッチ・ウォーキングなど
				木	14:00 ～ 15:15			
				金	10:45 ～ 12:00			
	フィットネスヨガ体操			月	10:45 ～ 11:45			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
				金	9:30 ～ 10:30			
				火木	10:45 ～ 11:45			
	イーリートレーニング			火木	9:15 ～ 10:30			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	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。

5月のおもな行事

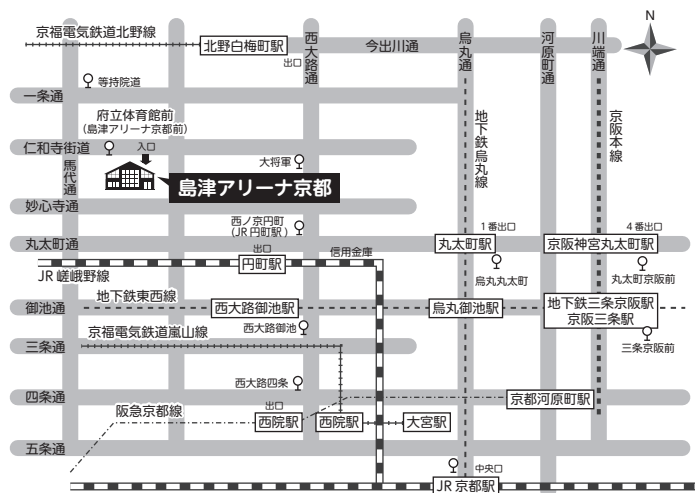
Monthly Schedule

日	曜	5月 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	日	全日本社会人卓球選手権大会京都府予選 京都府高校春季卓球選手権大会兼インターハイ一次予選	×				
2	月	WKN 国際親善稽古会 剣道	夜	ST・FY			
3	火	京都府高校春季卓球選手権大会兼インターハイ一次予選	午前	ET・SA・SST			
4	水	休館日					
5	木	EVER CUP バレーボール 京都府高校春季卓球選手権大会兼インターハイ一次予選	午前	ET・SA・ST			
6	金		夜	FY・ST			
7	土	スポーツを楽しむ日					
8	日	京都障害者交流卓球大会 シニアスポーツデー、障害者スポーツのつどい					
9	月		夜	ST・FY			
10	火	京都府レディースシニアバドミントン大会 Sリーグバレーボール大会	午前	ET・SA・SST			
11	水	休館日					
12	木	全国ママさんバレーボール大会府予選会 京の子どもダイヤモンドプロジェクト「京都きっず」育成プログラム	午前	ET・SA・ST			
13	金	バレーボール大会	夜	FY・ST			
14	土	全国ホープス（西日本ホープス）京都府予選（団体）					
15	日	全日本医師卓球大会					
16	月		夜	ST・FY			
17	火	全国レディース大会京都予選 京都シニア大会 卓球	午前	ET・SA・SST			
18	水	いきいきスポーツサークル	夜				
19	木	New リーグバレーボール 館登録バレーボール（夜）前期リーグ戦	午前	ET・SA・ST			
20	金		夜	FY・ST			
21	土	京都府高校総体 卓球 パフォーマンス向上会 バウンドテニス					
22	日	社会人リーグ（メイン）卓球					
23	月	SUS 審判講習会（バレーボール協議会昼の部）	夜	ST・FY			
24	火	FF リーグ卓球大会	午前	ET・SA・SST			
25	水	いきいきスポーツサークル	夜				
26	木		午前	ET・SA・ST			
27	金	Sリーグバレーボール大会 館登録バレーボール協議会昼の部（前期）	夜	FY・ST			
28	土	全国高等学校バドミントン選手権大会京都府予選会個人戦					
29	日	全国高等学校バドミントン選手権大会京都府予選会個人戦					
30	月		夜	ST・FY			
31	火	新日本スポーツ連盟メイトリーグ卓球大会	午前	ET・SA・SST			

ST : スマイルトレーニング FY : フィットネスヨガ体操
健康体操 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

3月28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
3月29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

京都駅	JR 嵯峨野線：約8分	円町駅	徒歩：約8分
	西ノ京円町 (JR 円町駅)	市バス：約2分	
西大路御池 (地下鉄西大路御池駅)	バス：約30分	市バス：26/205 系統、JR バス：周山・高雄方面	
	市バス：約6分	市バス：26/203/205 系統	
丸太町京阪前 (京阪神宮丸太町駅)	市バス：約20分	市バス：204 系統	
	市バス：約8分	市バス：26/203/205 系統	
西大路四条 (阪急西院・嵐電西院駅)	市バス：約10分	府立体育館前 (島津アリーナ京都前)	徒歩3分
	市バス：約10分	臨：立命館大学前行	

※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ので、予めご了承ください。

【お問い合わせ】 島津アリーナ京都 〒603-8334 京都市北区大將軍鷹司町
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



ホームページは
こちらの QR コードを
読み取りください。