

体育館ガイド

島津アリーナ京都
(京都府立体育館)

2022
10月号

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

ホームページはこちら



「1期スポーツ教室」 「きっずスポーツサークル」



開催日 10月7日、14日、21日、28日、11月4日、11日 (毎週金曜日)

申込期間 9月12日(月)～21日(水)

事業名	1期スポーツ教室		きっずスポーツサークル
	初心者コース	経験者コース	
場 所	参加料：各コース 3,060 円		参加料：1,530 円
対 象	18 歳以上の方		小学 1・2 年生
時 間	9:30～11:45	13:15～15:30	16:00～17:00
申込方法 はがき又は体育館 ホームページ	記載内容(入力内容) 「スポーツ教室希望」、郵便番号、住所、氏名(フリガナ)、年齢、性別、電話番号、希望種目・コース(両コース希望の場合は併記)		記載内容(入力内容) 「きっずスポーツサークル希望」、本人の氏名(フリガナ)、学校名、学年、保護者氏名(フリガナ)、郵便番号、住所、電話番号、保護者参加の有無
内 容	基本的な技術習得を中心に行ない、ラリーや簡単なゲームを楽しみます。		各種ボールゲームや遊びを通して、身体を動かすことに慣れ親しみます。
第 1 競技場 (メインアリーナ)	バドミントン・卓球・テニス・バウンドテニス・ソフトバレー	バドミントン・卓球・テニス・トランポリン	※バウンドテニス・トランポリンは 経験を問いません。
第 2 競技場 (サブアリーナ)	バレーボール (中止)	バレーボール (中止)	

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
スポーツを楽しむ日	300 円	10/8(土)	9:30～12:30 13:00～16:00 17:00～20:00	9:30～ 13:00～ 17:00～ 当日受付 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 (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、バレーボール、ミニバスケットボール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	10/9(日)	10:00～11:30	9:15～	60歳以上の方	血圧測定後、全員で体操を行い、卓球など各種スポーツを体験。(看護師が常駐)
障害者スポーツのつどい	無料	10/9(日)	13:30～16:00	13:00～	障害者とその家族及び介助者	卓球バレー、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を体験
いきいきスポーツサークル	300 円	10/19(水) 10/26(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、ソフトバレーボールなど好きな種目を体験

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	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
フィットネスヨガ体操		木	14:00～15:15			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
フィットネスピラティス		金	10:45～12:00			正しい骨格を意識しながら体幹の筋肉を整える運動
シェイプアップエアロ		月	10:45～11:45			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		金	9:30～10:30			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	10:45～11:45			ゆるやかな体ほぐし運動
		火	9:15～10:30			
		火	14:00～15:15			

※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。

10月のおもな行事

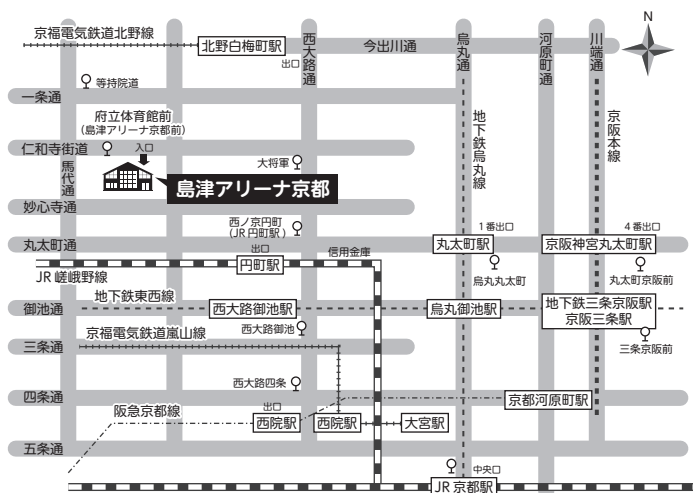
Monthly Schedule

日	曜	10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	土		午前				
2	日	京都太秦少年剣道部錬成大会	午前				
3	月		夜	ST・FY			
4	火	館登録卓球協議会（昼）後期リーグ戦	午前	ET・SA・SST			
5	水	休館日					
6	木	京都府ママさんバレーボール連盟秋季リーグ戦	午前	ET・SA・ST			
7	金	スポーツ教室Ⅰ、きっずスポーツサークル	夜	FP・ST			
8	土	スポーツを楽しむ日	午前				
9	日	シニアスポーツデー、障害者スポーツのつどい 京都府テコンドー選手権大会	午前				
10	月	京都スポーツ祭典バドミントン大会	夜	ST・FY			
11	火	京都レディース 3S リーグ卓球大会（団体リーグ）	午前	ET・SA・SST			
12	水	休館日					
13	木	バレーボール大会・NHK 京都放送局杯大会	午前	ET・SA・ST			
14	金	スポーツ教室Ⅰ、きっずスポーツサークル	夜	FP・ST			
15	土	京都府小学生バレーボール選手権大会	午前				
16	日	京都府小学生バレーボール選手権大会	午前				
17	月	京都府ママさんバレーボール連盟秋季リーグ戦	夜	ST・FY			
18	火	Sリーグバレーボール大会	午前	ET・SA・SST			
19	水	いきいきスポーツサークル 館登録バレーボール協議会（夜）後期リーグ戦	夜				
20	木	京の子どもダイヤモンドプロジェクト「京どきっず」育成プログラム	午前	ET・SA・ST			
21	金	スポーツ教室Ⅰ、きっずスポーツサークル	夜	FP・ST			
22	土	6人制バレーボール大会	午前				
23	日	京都府高等学校総合文化祭吹奏楽部門 マーチングバンドの部	午前				
24	月	京私幼 PTA 連合会バレーボール大会	夜	ST・FY			
25	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			
26	水	いきいきスポーツサークル	夜				
27	木	バレーボール大会	午前	ET・SA・ST			
28	金	スポーツ教室Ⅰ、きっずスポーツサークル	夜	FP・ST			
29	土	全国高校バスケットボール選手権京都府予選決勝リーグ	午前				
30	日	全国高校バスケットボール選手権京都府予選決勝	午前				
31	月	Sリーグバレーボール大会	夜	ST・FY			

健康体操 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 FP : フィットネスピラティス
SST : すっきりすこやか体操 SA : シェイプアップエアロ

8月27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8月28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
		バス：約30分	
		市バス：26/205系統、JRバス：周山・高雄方面	
大將軍	西大路御池 (地下鉄西大路御池駅)	市バス：約6分	徒歩3分
	市バス：26/203/205系統		
丸太町駅	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		
西大路四条 (阪急西院・嵐山西院駅)	市バス：約8分		
	市バス：26/203/205系統		
府立体育館前 (島津アリーナ京都前)	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。