

# 体育館ガイド

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

## シニアスポーツデー

あなたも参加してみませんか？

2月9日(日)  
3月16日(日)  
午前10時00分  
11時30分

気軽にスポーツをして  
新しい生き甲斐を  
ふやしましょう!



- |     |  |
|-----|--|
| 対象  | 60歳以上の府民の方                             |
| 内容  | はじめに血圧測定をし、全員で準備体操をした後スポーツを楽しんでいただきます  |
| 種目  | バドミントン・卓球・ソフトバレーボール・トランポリン・ウォーキング・健康体操 |
| 参加料 | 200円                                   |
| 受付  | 当日午前9時15分から受付開始                        |

### スポーツ振興事業

事業名	参加料	開催日	時間	対象	内容
スポーツを楽しむ日	300円 (入場料)	2/8 土曜日	9:30～、13:00～、 17:00～ 各部とも3時間開催	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、ミニバス、バスケット等
障害者スポーツのつどい	無料	2/9 日曜日	13:30～16:00 受付開始13:00	障害者とその家族、介助者	卓球バレー、車イスハンド、風船バレー、 トランポリン、ビームライフル等

事業名	開催日時	内容	参加料
健康体操	スマイルトレーニング 月曜日 10:00～11:30 金曜日	各種トレーニング ウォーキング、ストレッチング等	各事業共 300円
	シェイプアップエアロ 火曜日 10:00～11:15 木曜日 10:30～11:45	リズムに合わせてエアロビクス ストレッチング等	
	イーリートレーニング 木曜日 9:15～10:30	身体ほぐしを中心に 簡単なトレーニング	
	SST(すっきりすこやか体操) 火曜日 14:00～15:15	初めての方ならまずこのコース	

※ 2/25(火)～3/7(金)の健康体操は、実施しません。

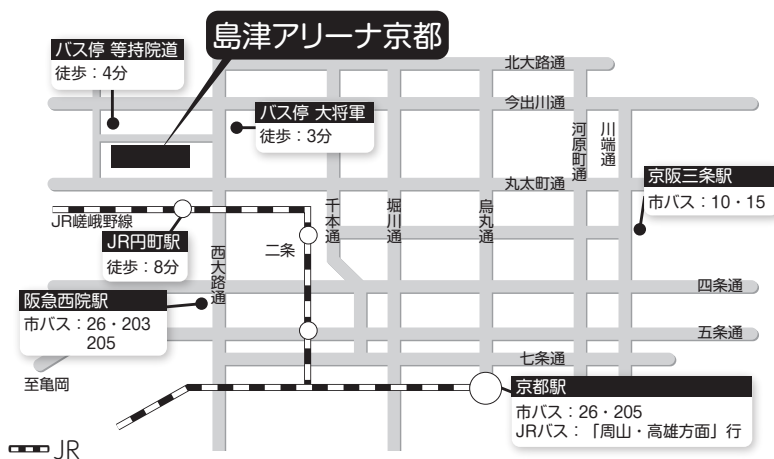
日	曜日	行事	健康体操等	駐車場		
				午前	午後	夜
1	土	京都府社会人フットサルリーグ 1部リーグ ステップアップセミナー (バドミントン屋 9:40~11:45,13:15~15:15)		▲	▲	
2	日	新日本スポーツ連盟 新春バドミントン大会		△	△	
3	月	<一斉支払日>	ST			
4	火	スポーツ教室2期③ (9:30~11:45) (13:15~15:30) ソフトテニス教室 (西京極スポーツネットワーク主催)	SA・SST			
5	水	休館日				
6	木	学生フットサルリーグ (スポルテ) ステップアップセミナー (テニス夜 上級① 18:30~20:30)	ET・SA			
7	金		ST			
8	土	スポーツを楽しむ日 (9:30~12:30) (13:00~16:00) (17:00~20:00)				
9	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) 北区民卓球大会		△	△	
10	月		ST			
11	火	京都レディース卓球大会 (2人団体)	SA・SST	▲	▲	
12	水	休館日				
13	木	ソフトテニス教室 (西京極スポーツネットワーク主催) ステップアップセミナー (テニス夜 上級② 18:30~20:30)	ET・SA			
14	金		ST		△	△
15	土			×	×	×
16	日	プロバスケットボール bjリーグ 京都大会		×	×	△
17	月		ST			
18	火	スポーツ教室2期④ (9:30~11:45) (13:15~15:30) ソフトテニス教室 (西京極スポーツネットワーク主催)	SA・SST			
19	水	いきいきスポーツサークル (9:30~11:30)				
20	木	上京・中京幼稚園卒園杯バレーボール大会 ソフトテニス教室 (西京極スポーツネットワーク主催)	ET・SA	△	△	
21	金	2.21 府政転換 府民1万人大集会	ST	×	×	×
22	土	京都府小学生バレーボール新人大会		▲	▲	
23	日	京都府ソフトバレーフェスティバル		▲	▲	
24	月	京都バレーボール同好会 ランク別大会	ST	△	△	
25	火					
26	水					
27	木					
28	金	第50回島津全日本室内テニス選手権大会				

太字は体育館主催の行事です。

健康体操等 ST:スマイルトレーニング SA:シェイプアップエアロ SST:すっきりすこやか体操 ET:イーリートレーニング

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、駐車場の一部が制限されます。

## 交通案内



## アクセス

- JR円町駅下車 北へ600m 徒歩8分
- 市バス15・26・203・204・205 「大將軍」下車 西へ200m 徒歩3分
- 市バス10は「等持院道」下車 南へ300m 徒歩4分
- JRバス「大將軍」下車 西へ200m 徒歩3分

※駐車場に限りがありますので、できるだけ公共の交通機関を御利用ください。  
※大会の開催等で駐車場を規制することがありますので、あらかじめ御了承ください。

### 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