

体育館ガイド

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

2016

5
月号

毎月第2土曜日は、島津アリーナ京都でスポーツを楽しもう!

スポーツを楽しむ日

バドミントンや卓球、バレーボールやバスケットボールなど、様々な種目のスポーツが楽しめます。子どもたちも楽しめるトランポリンや跳び箱運動にマット運動、フリースペースではフラフープやボール等で遊べます。

第1 競技場 (メインアリーナ)	9:30 ~ 12:30	13:00 ~ 16:00		17:00 ~ 20:00
	バドミントン 卓球 トランポリン お子様用トランポリン	バドミントン 卓球 トランポリン お子様用トランポリン		バドミントン 卓球 トランポリン お子様用トランポリン
第2 競技場 (サブアリーナ)	9:30 ~ 12:30	13:00 ~ 14:30	14:30 ~ 16:00	17:00 ~ 20:00
	バレーボール 跳び箱運動 マット運動 フリースペース	バレーボール 跳び箱運動 マット運動 フリースペース	ミニバスケットボール 跳び箱運動 マット運動 フリースペース	バスケットボール

5月の開催は
14日!

対象：小学生以上 (小学生未満は保護者同伴)

時間帯： 9:30 ~ 12:30

13:00 ~ 16:00

17:00 ~ 20:00

参加料：各部300円



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
シニアスポーツデー	200円	5/8 (日)	10:00~11:30	当日受付	60歳以上の方	血圧測定後、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、介護者
いきいきスポーツサークル	300円	5/9 (月) 5/25 (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
スマイルトレーニング	300円	毎週	月金 10:00~11:30	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
シェイプアップエアロ			火木 10:00~11:15 10:45~12:00			音楽に合わせて簡単なエアロビックエクササイズ
イーリートレーニング			木 9:15~10:30			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
SST (すっきりすこやか体操)			火 14:00~15:15			ゆるやかな身体ほぐし運動

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	日	国体バドミントン京都府予選会 少年男女1次予選	○		△	△	△
2	月		○	ST			
3	火	全国インターハイ卓球競技大会 一次京都予選	○	SA・SST	△	△	△
4	水	全国インターハイ卓球競技大会 一次京都予選	○		△	△	△
5	木	京都社会人卓球リーグ 団体	○	ET・SA	▲	▲	▲
6	金		○	ST			
7	土	北・上・中ブロック児童館学童保育所まつり	○		△	△	
8	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) 新日本スポーツ連盟 京都卓球団体リーグ 近畿予選大会	○		▲	▲	
9	月	いきいきスポーツサークル (9:30～11:30) 館登録バレーボール (昼) ステップアップセミナー	○	ST		△	
10	火	全国ママさんバレーボール大会 府予選会	○	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	○	ET・SA	▲	▲	
13	金	館登録バドミントン (昼) 前期リーグ戦① 全国レディースバドミントン京都予選 京都シニアバドミントン大会	○	ST	▲	▲	▲
14	土	スポーツを楽しむ日 (9:30～12:30) (13:00～16:00) (17:00～20:00)	○				
15	日	北区民バレーボールカーニバル 京都ベテラン卓球大会	○		▲	▲	
16	月		○	ST			
17	火	館登録バレーボール (夜) ステップアップセミナー 京都府レディースバドミントン シニア大会	○	SA・SST	▲	▲	
18	水	館登録バレーボール (昼) 前期リーグ戦①	○		▲	▲	
19	木	京都バレーボール同好会 リーグ戦	○	ET・SA	▲	▲	
20	金		○	ST			
21	土	京都障害者フライングディスク大会'16 パウンドテニスパフォーマンス	○		△	△	
22	日	京都府高校総体 卓球競技	○		▲	▲	△
23	月	新日本スポーツ連盟 家庭婦人バレーボール協議会 リーグ戦	○	ST	△	△	
24	火	館登録バドミントン (昼) 前期リーグ戦② 新日本スポーツ連盟 火曜リーグ卓球大会	○	SA・SST	▲	▲	▲
25	水	いきいきスポーツサークル (9:30～11:30)	○				
26	木	館登録バレーボール (昼) 前期リーグ戦② 館登録バレーボール (夜) 前期リーグ戦①	○	ET・SA	▲	▲	
27	金		○	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	○		△	△	
29	日	少林寺拳法 京都府大会	○		▲	▲	▲
30	月	館登録バレーボール (昼) 前期リーグ戦③	○	ST	▲	▲	
31	火	京私幼PTA上京地区バレーボール大会 館登録バレーボール (夜) 前期リーグ戦②	○	SA・SST	△	△	

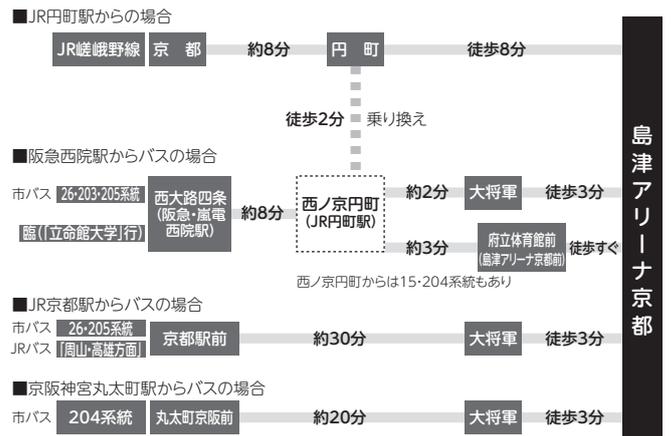
健康体操等 ST:スマイルトレーニング SA:シェイプアップエアロ SST:すっきりすこやか体操 ET:イージートレーニング

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