



# 体育館ガイド



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

平成30年秋巡業

## 大相撲京都場所



平成30年

10月17日(水)

島津アリーナ京都  
(京都府立体育館)

チケット販売

チケットぴあ  
TEL. 0570-07-8833【10時～18時】

お問い合わせ

大相撲京都場所実行委員会  
TEL. 075-211-7622【10時～17時】  
(土・日・祝日休み)

### 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	10/14 (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、介助者
いきいきスポーツサークル	300円	10/5 (金) 10/24 (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。

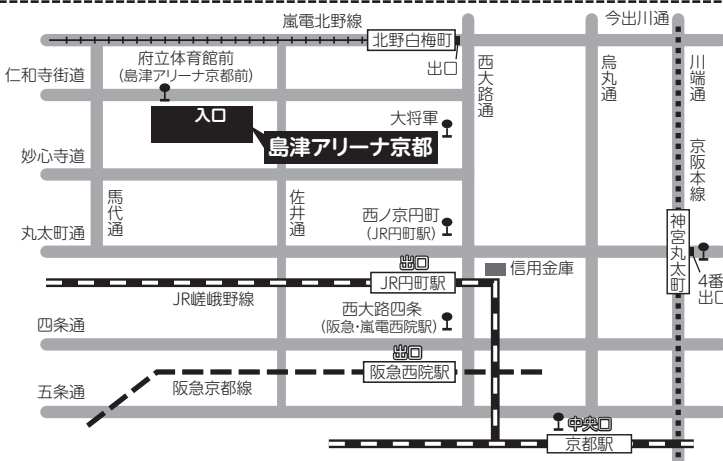
プログラム名	参加料	開催日	時間	申込方法	対象	内容	
健康体操	300円	毎週	月 木	9:15~10:30 14:00~15:15 10:45~12:00	当日受付	16歳以上の方	各種トレーニングやストレッチ、ウォーキングなど
			月 金	10:45~12:00 9:15~10:30			呼吸法とともにゆっくりと体をほぐしながらポーズをとるなどの体操
			火 木	10:45~12:00			火曜：音楽に合わせて簡単なエアロビックエクササイズ 木曜：講師オリジナルの変化（プラス）
			火 木	9:15~10:30			火曜：ストレッチポールを使用した運動 木曜：身体ほぐしを中心とした簡単なトレーニングやストレッチ
			火	14:00~15:15			ゆるやかな体ほぐし運動

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	月		○	ST・FY			
2	火	Sリーグバレーボール大会	○	ET・SA・SST	△	△	
3	水	休館日					
4	木	バレーボール協議会(夜) 後期リーグ戦②	○	ET・SA+・ST	▲	▲	
5	金	いきいきスポーツサークル (9:30 ~ 11:30)	○	FY・ST			
6	土	京都バレーボール同好会 NHK杯開会式	○		▲	▲	▲
7	日	フラットカップ フットサル大会	○		▲	▲	
8	月	新日本スポーツ連盟 京都スポーツ祭典バドミントン大会	○	ST・FY	▲	▲	▲
9	火		○	ET・SA・SST			
10	水	休館日					
11	木	京の子どもダイヤモンドプロジェクト	○	ET・SA+・ST			
12	金		○	FY・ST	△	△	△
13	土	全日本学生バドミントン選手権大会 京都ジュニア年齢別(ホープス以下)卓球大会、全国ホープス選抜予選	○		▲	▲	▲
14	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 オールドブルス卓球大会	○		▲	▲	▲
15	月		○	ST・FY			
16	火		○	ET・SA・SST	×	×	×
17	水	大相撲京都場所	×		×	×	×
18	木		○	ET・SA+・ST			
19	金	京都バレーボール同好会 リーグ戦	○	FY・ST	▲	▲	▲
20	土	京都府小学生バレーボール選手権大会	○		▲	▲	▲
21	日	京都府クラブバレーボール連盟6人制フェスティバル	○		▲	▲	▲
22	月	スポーツ教室・きッズスポーツサークル I ①	○	ST・FY			
23	火	京都府ママさんバレーボール連盟 秋季リーグ戦	○	ET・SA・SST	▲	▲	
24	水	いきいきスポーツサークル (9:30 ~ 11:30) バレーボール協議会(夜) 後期リーグ戦③	○				
25	木	京都レディーズ3Sリーグ卓球大会 団体リーグ	○	ET・SA+・ST	▲	▲	▲
26	金	Sリーグバレーボール大会	○	FY・ST	△	△	
27	土	合同ちびっこ運動会 バウンドテニスパフォーマンス	○		▲	△	
28	日	近畿高等学校定時制通信制課程体育大会	○		△	△	△
29	月	スポーツ教室・きッズスポーツサークル I ②	○	ST・FY			
30	火		○	ET・SA・SST			
31	水	休館日					

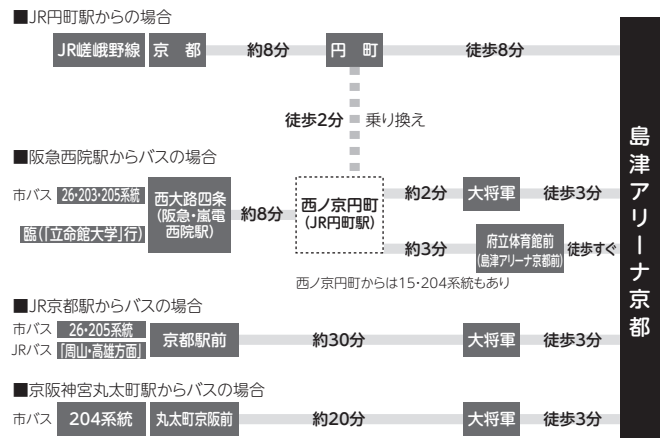
健康体操等 ST:スマイルトレーニング FY:フィットネスヨガ体操 ET:イーजीトレーニング SA:シェイプアップエアロ  
SA+:シェイプアップエアロプラス SST:すっきりすこやか体操

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、駐車場のほとんどが制限される。

## 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