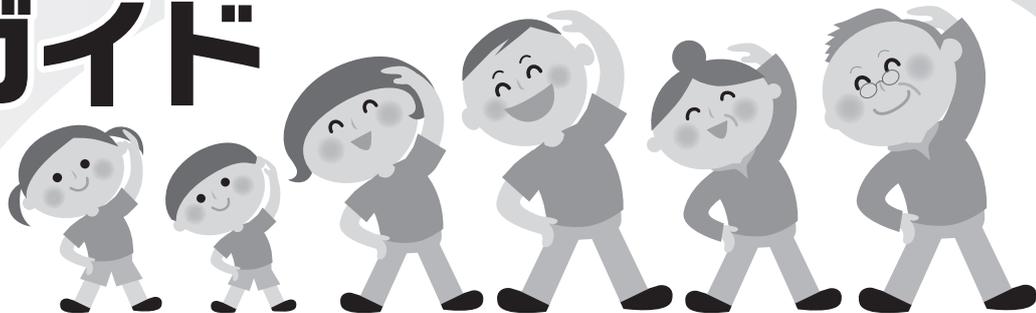


# 体育館ガイド

2019  
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。

	9:30 ~ 12:30	13:00 ~ 16:00		17:00 ~ 20:00
第1競技場 (メインアリーナ)	バドミントン 卓球 トランポリン 幼児用トランポリン	バドミントン 卓球 トランポリン 幼児用トランポリン		バドミントン 卓球 トランポリン 幼児用トランポリン
	9:30 ~ 12:30	13:00 ~ 14:30	14:30 ~ 16:00	17:00 ~ 20:00
第2競技場 (サブアリーナ)	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  
**11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 (回数券が使えます)



### 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	5/12 (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	5/15 (水) 5/22 (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 9:15~10:30	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
			木 14:00~15:15			
			金 10:45~12:00			
			月 10:45~12:00			
			金 9:15~10:30			
火 10:45~12:00	開始時刻までに2階体育館事務室までお越しください					
木 9:15~10:30						
火 14:00~15:15						

# 5月のおもな行事

# Monthly Schedule

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	水	休館日					
2	木	京都市中学校春季総合体育大会バレーボール競技 世界剣道ネットワーク親善稽古会	○	ET-SA+ST	▲	▲	
3	金	京都府総体 兼インターハイ市部卓球大会 一次予選 全国ホープズ卓球大会 京都予選 団体	○	FY-ST	▲	▲	▲
4	土	京都府総体 兼インターハイ市部卓球大会 一次予選 京都府小学生バレーボール連盟 審判講習会	○		▲	▲	▲
5	日	社会人リーグ 卓球大会 (団体)	○		▲	▲	▲
6	月		○	ST-FY			
7	火	新日本スポーツ連盟 バレーボールリーグ戦 全国レディース卓球大会 京都府予選シニア大会	○	ET-SA-SST	▲	▲	△
8	水	休館日					
9	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+ST	▲	▲	
10	金	春の全国交通安全運動スタート式	○	FY-ST	▲	▲	
11	土	スポーツを楽しむ日 (9:30 ~ 12:30) (13:00 ~ 16:00) (17:00 ~ 20:00)	○				
12	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)	○		△	△	
13	月	京都府レディースシニアバドミントン大会	○	ST-FY	▲	▲	
14	火	全国ママさんバレーボール大会 府予選会	○	ET-SA-SST	▲	▲	
15	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) ステップアップセミナー審判講習会	○				
16	木		○	ET-SA+ST			
17	金		○	FY-ST			
18	土	京都障害者フライングディスク競技大会 バウンドテニスパフォーマンス	○		▲	▲	
19	日	社会人リーグ卓球大会 (団体)	○		▲	▲	▲
20	月	京都バレーボール同好会 リーグ戦	○	ST-FY	▲	▲	△
21	火	バドミントン協議会 (昼) 前期リーグ戦① Sリーグバレーボール大会	○	ET-SA-SST	▲	▲	
22	水	いきいきスポーツサークル (9:30 ~ 11:30) Sリーグバレーボール大会 バレーボール協議会 (夜) リーグ戦①	○		△	△	
23	木	バレーボールNewリーグ	○	ET-SA+ST	▲	▲	
24	金	新日本スポーツ連盟 レディスリーグ卓球大会	○	FY-ST	▲	▲	
25	土	北・上・中ブロック児童館・学童保育所まつり	○		△	△	
26	日	少林寺拳法 京都府大会	○		▲	▲	▲
27	月	バレーボール協議会 (昼) ステップアップセミナー 審判講習会	○	ST-FY			
28	火	京都府レディースバドミントン技術研修会 バレーボール協議会 (夜) リーグ戦②	○	ET-SA-SST	△	△	△
29	水	休館日					
30	木	バドミントン協議会 (昼) 前期リーグ戦②	○	ET-SA+ST	△	△	
31	金		○	FY-ST			

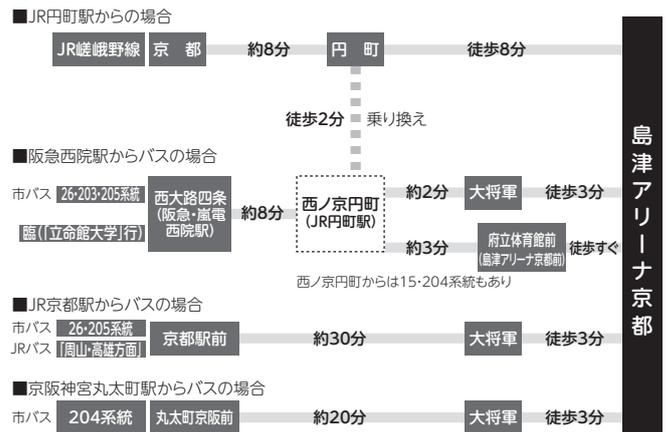
健康体操等 ST:スマイルトレーニング FY:フィットネスヨガ体操 ET:イージートレーニング SA:シェイプアップエアロ  
SA+:シェイプアップエアロプラス SST:すっきりすこやか体操

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