



体育館ガイド

1 2021
月号



体育館のご利用にあたって

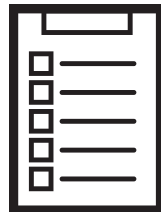
いつも島津アリーナ京都(京都府立体育館)をご利用頂きありがとうございます。
※体育館では引き続き新型コロナウイルス感染症拡大防止対策を実施しています。
皆様のご理解、ご協力をよろしくお願い致します。

マスク着用



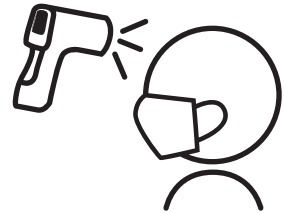
入館時及びご利用中は、
マスクが必要です。

チェックリスト記入



入館前にチェックリストの
記入が必要です。

検 温



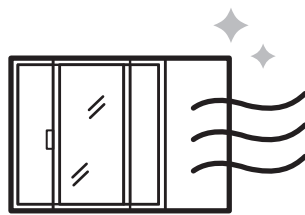
入館時に検温が必要です。

消 毒



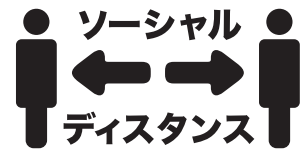
入館時及びご利用中の
消毒をお願いします。

換 気



常時換気扇を回して
換気を実施しています。

ソーシャルディスタンス



ソーシャルディスタンスを
意識してご利用ください。

※健康体操に参加される方は、ストレッチマットを消毒するティッシュ等をご持参ください。
※現在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、ご利用内容に変更等が生じることがあります。

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	
スマイルトレーニング	300円	月 木 金	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	
フィットネスヨガ体操		毎 週	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
シェイプアップエアロ		火 木	10:45~12:00			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		火 木	9:15~10:30			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	
SST(すっきりすやか体操)		火	14:00~15:15			ゆるやかな体ほぐし運動	

1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	駐車場利用不可日		
					午前	午後	夜
1	金	休館日					
2	土	休館日					
3	日	休館日					
4	月						
5	火	テニス協議会(夜)ステップアップセミナー① 中止	夜 午前	ST・FY ET・SA・SST			
6	水	休館日					
7	木	京の子どもダイヤモンドプロジェクト	午前	ET・SA・ST			
8	金	新日本スポーツ連盟 KTリーグレディース卓球大会	夜	FY・ST			
9	土	スポーツを楽しむ日 中止	×				
10	日	シニアスポーツデー、障害者スポーツのつどい 中止 京都ホープス以下卓球大会	×				
11	月	新日本スポーツ連盟 新春バドミントン大会	夜	ST・FY			
12	火	テニス協議会(夜)ステップアップセミナー② 中止	午前	ET・SA・SST			
13	水	休館日					
14	木	スポーツ教室Ⅱ・げんきっず① 中止	午前	ET・SA・ST			
15	金	京都バレーボール同好会 ランク別大会 中止 バレーボール協議会(夜)リーグ戦④ 中止	夜	FY・ST			
16	土	京都府高等学校バドミントン新人大会 個人戦男子	×				
17	日	Winter Marching Party in KYOTO 2020	×				
18	月		×	ST・FY			
19	火	京都レディース3Sリーグ卓球大会	午前	ET・SA・SST			
20	水	いきいきスポーツサークル 中止 バドミントンと卓球を楽しむ日 *詳細はホームページをご覧ください。 中止	×				
21	木	スポーツ教室Ⅱ・げんきっず② 中止	午前	ET・SA・ST			
22	金		×	FY・ST			
23	土		×				
24	日	北区民卓球大会	×				
25	月	バレーボールNewリーグ 中止	×	ST・FY			
26	火	北地区バレーボールプラスワン大会 中止 Sリーグバレーボール大会 中止 テニス協議会(夜)ステップアップセミナー③ 中止	午前	ET・SA・SST			
27	水	いきいきスポーツサークル 中止 バドミントンと卓球を楽しむ日 *詳細はホームページをご覧ください。 中止	×				
28	木	スポーツ教室Ⅱ・げんきっず③ 中止	午前	ET・SA・ST			
29	金		×	FY・ST			
30	土		×				
31	日	バドミントンSリーグ2020京都大会 中止	×				

トレーニングルームの利用時間帯について 午前…10:00~13:00 夜…18:00~20:00 となります。最新のご利用時間等はHPをご確認ください。

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

健康体操等

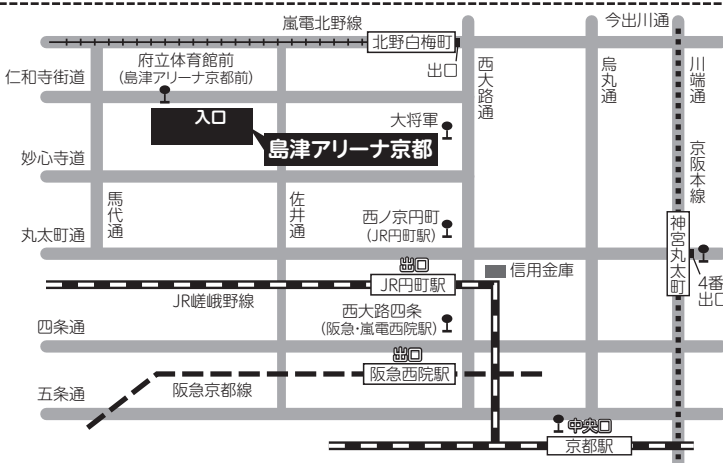
SST:すっきりすこやか体操

駐車場

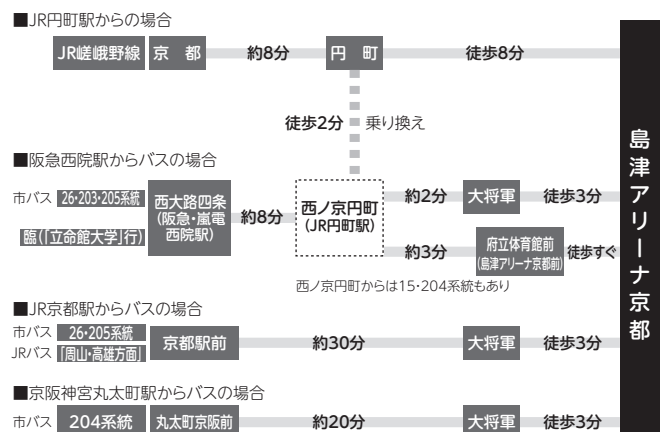
駐車場には限りがありますので、大会等開催される時は混雑が予想されます。できるだけ公共交通機関をご利用していただくようご協力をお願いします。

12月8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12月9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



※ 駐車場に限りがありますので、公共の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