

体育館ガイド

島津アリーナ京都
(京都府立体育館)



2022
12月号

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

ホームページはこちら



58TH SHIMADZU ALL JAPAN INDOOR TENNIS CHAMPIONSHIPS

第58回 島津全日本室内テニス選手権大会

ITF WorldTennisTour W60 Kyoto 2022

大会期間

男子国内大会 12月13日(火) ~ 18日(日)
女子国際大会 12月19日(月) ~ 25日(日)

会場

島津アリーナ京都 (京都府立体育館)

入場券

●高校生以下無料
●予選日13日(火)・19日(月)は無料
1日券/1,000円
パスポート(期間通し券)/3,000円
(入場券は会場受付でのみ販売)

●お問い合わせ先
京都府テニス協会 075-326-3745
協会HP <http://www.takyoto.com>
大会サイト <http://alljapan-indoor-tennis.com>



2期スポーツ教室

コース	初心者コース	経験者コース
場所	参加料:各コース 3,060円	
対象	18歳以上の方	
開催日	1月12日、19日、26日、2月2日、9日、16日(毎週木曜日)	
時間	9:30 ~ 11:45	13:15 ~ 15:30
申込方法	はがき又は体育館ホームページに次の内容を記載又は入力 郵便番号、住所、氏名(フリガナ)、年齢、性別、電話番号、希望種目・コース(両コース希望の場合は併記)	
内容	基本的な技術習得を中心に行ない、ラリーや簡単なゲームを楽しみます。	基本的な技術・戦術を学び、ゲームを楽しみます。
第1競技場(メインアリーナ)	バドミントン・卓球・テニス・ソフトバレー	バドミントン・卓球・テニス
第2競技場(サブアリーナ)	バウンドテニス	トランポリン
	バレーボール	バレーボール

※バウンドテニス・トランポリンは経験を問いません。

感染症対策に
御協力ください!!

2期スポーツ教室申込期間
12月1日(木)
~12月10日(土)

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
スポーツを楽しむ日	300円	12/10(土)	9:30 ~ 12:30	9:30 ~	当日受付 開始時刻までに1階受付までお越しください	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、バレーボール、ミニバスケットボールなど好きな種目を選んで参加できます。
			13:00 ~ 16:00	13:00 ~		
			17:00 ~ 20:00	17:00 ~		
シニアスポーツデー	200円	12/11(日)	10:00 ~ 11:30	9:15 ~	60歳以上の方	血圧測定後、全員で体操を行い、卓球など各種スポーツを体験。(看護師が常駐)
障害者スポーツのつどい	無料	12/11(日)	13:30 ~ 16:00	13:00 ~	事前申込み制	障害者とその家族及び介助者 卓球バレー、風船バレー、トランポリン、ビームライフルなど様々な運動を体験

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	15歳以上の方(中学生不可)	各種トレーニングやストレッチ・ウォーキングなど 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 正しい骨格を意識しながら体幹の筋肉を整える運動 音楽に合わせた簡単なエアロビクスエクササイズ 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 ゆるやかな体ほぐし運動
			木	14:00 ~ 15:15			
			金	10:45 ~ 12:00			
			月	10:45 ~ 11:45			
			金	9:30 ~ 10:30			
			火木	10:45 ~ 11:45			
			火木	9:15 ~ 10:30			
すっきりすこやか体操	火	14:00 ~ 15:15					

※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。

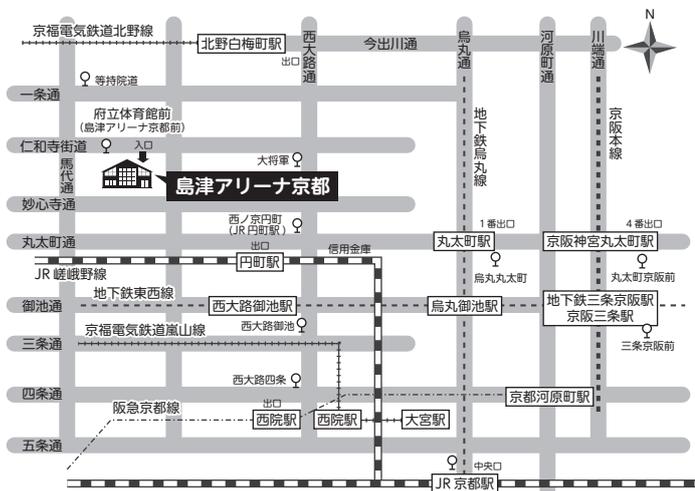
※今後の新型コロナウイルス感染症の状況により、ご利用内容に変更が生じることがあります。

日	曜	12月 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	木	京の子どもダイヤモンドプロジェクト「京都きっず」育成プログラム 京私幼 PTA 左京地区バレーボール実技講習会	午前	ET・SA・ST			
2	金	精神障害者バレーボール京都市大会 京ふれあいアタック	夜	FP・ST			
3	土	社会福祉施設職員スポーツ大会（バレーボールの部） 中止	午前				
4	日	京都ホープス以下大会、東アジア国内予選京都府選考会 卓球 中京バレーボール交流大会	午前				
5	月	新日本スポーツ連盟メイトリーグ卓球大会	夜	ST・FY			
6	火	子どもフェスティバル幼児サッカー大会 館登録バレーボール協議会（夜）後期リーグ戦	午前	ET・SA・SST			
7	水	休館日					
8	木	京都オープンレディースベストカップルリーグ卓球大会（ダブルス）	午前	ET・SA・ST			
9	金		夜	FP・ST			
10	土	スポーツを楽しむ日	午前				
11	日	シニアスポーツデー、障害者スポーツのつどい 京都障害者交流卓球大会	午前				
12	月		夜	ST・FY			
13	火	島津全日本室内テニス選手権大会（男子国内大会）	×	×	×	×	×
14	水	島津全日本室内テニス選手権大会（男子国内大会）	×	×	×	×	×
15	木	島津全日本室内テニス選手権大会（男子国内大会）	×	×	×	×	×
16	金	島津全日本室内テニス選手権大会（男子国内大会）	×	×	×	×	×
17	土	島津全日本室内テニス選手権大会（男子国内大会）	×	×	×	×	×
18	日	島津全日本室内テニス選手権大会（男子国内大会）	×	×	×	×	×
19	月	島津全日本室内テニス選手権大会（女子国際大会）	×	×	×	×	×
20	火	島津全日本室内テニス選手権大会（女子国際大会）	×	×	×	×	×
21	水	島津全日本室内テニス選手権大会（女子国際大会）	×	×	×	×	×
22	木	島津全日本室内テニス選手権大会（女子国際大会）	×	×	×	×	×
23	金	島津全日本室内テニス選手権大会（女子国際大会）	×	×	×	×	×
24	土	島津全日本室内テニス選手権大会（女子国際大会）	×	×	×	×	×
25	日	島津全日本室内テニス選手権大会（女子国際大会）	×	×	×	×	×
26	月	ALL DAY MATCH ソフトテニス	夜	ST・FY			
27	火	ALL DAY MATCH ソフトテニス	午前	ET・SA・SST			
28	水	ALL DAY MATCH ソフトテニス	夜				
29	木	休館日					
30	金	休館日					
31	土	休館日					

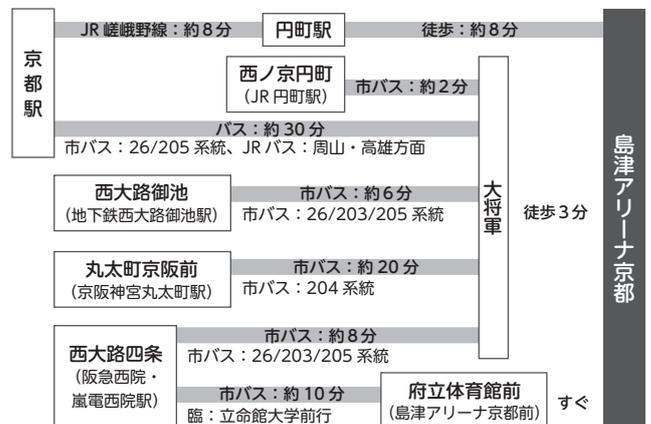
健康体操 ST :スマイルトレーニング FY:フィットネスヨガ体操
ET :イーゼートレーニング FP:フィットネスピラティス
SST:すっきりすこやか体操 SA:シェイプアップエアロ

11月4日現在の情報です。新型コロナ感染拡大防止の観点から11月5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ので、予めご了承ください。

