体育館ガイド

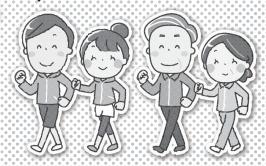
http://www.kyoto-furitutaiikukan.jp/

ホームページはこちら





島津アリーナ京都 (京都府立体 春徳) (京都府立体育館)





※スポーツを楽しまれる方は上靴が必要です。



第1競技場

バドミントン・卓球



第2競技場

トランポリン、 バレーボール、 ミニバスケットボール、 障害者スポーツの体験、 バスケットボール

トレーニングルーム

無料開放 (15 歳以上、中学生不可)



会議室

幼児プレイルーム、 おひさまルーム、 マッサージルーム、 体組成測定、 文化事業

廊下

近隣小中学校児童生徒の 美術作品展、 文化事業、 物品販売、 京都ほっとはあとセンタ

ホワイエ

健康体操体験コーナ-新体力測定



その他

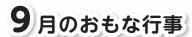
午後1時より 第1競技場で オープニングセレモニ-抽選会を実施します。



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	9/10(日)	10:00 ~ 11:30	9:15~	当日受付 開始時刻までに 1 階受付 までお越しください。	60歳以上の方	血圧測定後、全員で体操、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		13:30 ~ 16:00	13:00~	事前申込制		卓球バレー、車イスハンドボール、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		
いきいきスポーツサークル	300円	9/20(水) 9/27(水)	9:30 ~ 11:30	9:00 ~	当日受付 開始時刻までに 1 階受付 までお越しください。		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、バレーボール、バドミントン、 ソフトバレーボールなど好きな種目を体験		

	プログラム名参加料		開催日		時間	申込方法	対象	内容				
	スマイルトレーニング	300円	毎週	月木金	9:15 ~ 10:30 14:00 ~ 15:15 10:45 ~ 12:00	当日受付		各種トレーニング、ストレッチング、ウオーキングな で健康体力づくりを行います。				
健	フィットネスヨガ体操			月	10:45 ~ 11:45		15 歳	呼吸法とともにゆっくりと体をほぐしながら、無理なく 柔軟性や筋力を養う体操を行います。				
健康体操	フィットネスピラティス			金	9:30 ~ 10:30		以上の方	正しい骨格を意識しながら体幹の筋肉を整える運動を行います。				
操	シェイプアップエアロ			火木	10:45 ~ 11:45			(中学生不可)	初心者・初級者向けのエアロビクスエクササイズを行います			
	イージートレーニング			火木	9:15 ~ 10:30			主にトレーニング初心者や中高年を対象に、道具を使用し 運動やソフトエアロ、ウォーキングなど軽めの運動を行いま				
	すっきりすこやか体操			火	14:00 ~ 15:15			主に高齢者を対象に、ウォーキング、ストレッチ、軽い筋トレなど、緩やかな体操を行います。				



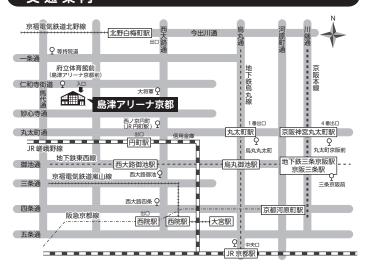
Monthly Schedule

日曜		9月 行事予定表	トレーニング	健康体操等	駐車場		
	唯	プロ 11争 2 足衣	ルーム	姓	午前	午後	夜
1	金		0	FP · ST			
2		全日本社会人バドミントン選手権大会 1 日目	0				
3		全日本社会人バドミントン選手権大会 2 日目	0				
4	月		0	ST • FY			
5		館登録卓球協議会ステップアップセミナー卓球交流会	0	ET · SA · SST			
6	水	休館日					
		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		5T 6A 6T			
7		バレーボール大会 S リーグバレーボール大会	0	ET · SA · ST			
0		3 リーグパレーホール人云	0	FP · ST			
8	金	 体育館フェスタ	0	LL.21			
9		シニアスポーツデー、障害者スポーツのつどい	U				
10	B	フードスホーフナー、障害者スホーブのうとい カポエイラ昇段式	0				
11	月	メイトリーグ(単)卓球大会	0	ST·FY			
12	火	京都府レディースバドミントン秋季リーグ戦	0	ET · SA · SST			
13	水	休館日					
14	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)	0	ET · SA · ST			
15	金	京私幼 PTA 左京地区バレーボール大会	0	FP · ST			
16	±	関西フットサルリーグ	0				
10		パフォーマンス向上会(バウンドテニス)	_				
17		全日本卓球選手権大会ジュニアの部京都府予選	0				
18		京都社会人卓球リーグ(団体)STR リーグ	0	ST • FY			
19		FF クイーンズリーグ(卓球)	0	ET · SA · SST			
20		いきいきスポーツサークル	0				
		Sリーグバレーボール大会	-				
21		京都府レディースバドミントン秋季リーグ戦	0	ET · SA · ST			
22	金		0	FP·ST			
23	エ	中京ソフトバレーボール親睦会「ハチドリカップ」	0				
24	В	京都スポーツ祭典卓球大会兼全国大会予選 東京・大阪卓球選手権大会一次予選	0				
25	月	京都府レディースバドミントン秋季リーグ戦	0	ST • FY			
26	26 14	京私幼 PTA 右京地区バレーボール大会	0	ET · SA · SST			
20	火	館登録バレーボール協議会(夜の部)リーグ戦	U	L1 - 3A + 331			
27	_	いきいきスポーツサークル	0				
28		京都府レディースバドミントン秋季リーグ戦	0	ET · SA · ST			
29	金		0	FP · ST			
30	土	天皇杯皇后杯全日本バレーボール選手権大会近畿ブロックラウンド	0				

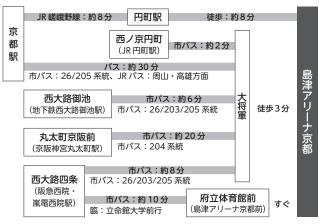
ST : スマイルトレーニング FY: フィットネスヨガ体操 健康体操 ET : イージートレーニング FP: フィットネスピラティス SST: すっきりすこやか体操 SA: シェイプアップエアロ

7月27日現在の情報です。最新の情報は、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。

【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



ホームページは こちらの QR コードを 読み取りください。