

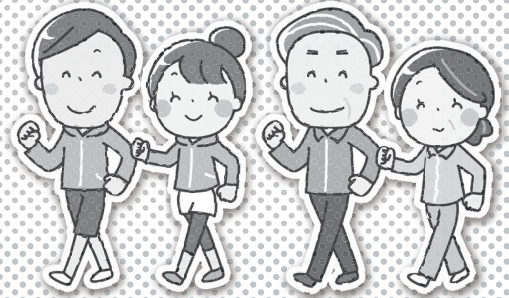
# 体育館ガイド

島津アリーナ京都  
(京都府立体育館)

2024  
9  
月号

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

ホームページはこちら



## 「2024 体育館フェスタ」

入場料  
無料

日時：9月7日(土) 9:30~20:00

※現在工事中のため、関係者以外の  
駐車スペースがありませんので、  
公共交通機関をご利用ください。

※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、  
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ー

### ホワイエ

健康体操体験コーナー、  
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ー・  
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 | 9/8(日)             | 10:00 ~ 11:30 | 当日受付<br>開始時刻までに1階受付<br>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   |                    | 14:00 ~ 16:00 |                                   | 13:45 ~ | 障害者とその家族、介助者                       |
| いきいきスポーツサークル | 300円 | 9/18(水)<br>9/25(水) | 9:30 ~ 11:30  |                                   | 9:00 ~  | 18歳以上の方<br>(高校生不可)                 |

| 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<br>(中学生不可) | 各種トレーニング、ストレッチング、ウォーキングなどで健康体力づくりを行います。<br>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。<br>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。<br>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。<br>主にトレーニング初心者や中高年を対象に、道具を使用した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。<br>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。 |
|        |               |     | 木  | 14:00 ~ 15:15 |      |                    |   |
|        |               |     | 金  | 10:45 ~ 12:00 |      |                    |   |
|        |               |     | 月  | 10:45 ~ 11:45 |      |                    |   |
|        |               |     | 金  | 9:30 ~ 10:30  |      |                    |   |
|        |               |     | 火  | 10:45 ~ 11:45 |      |                    |   |
| 火      | 9:15 ~ 10:30  |     |    |               |      |                    |   |
| 火      | 14:00 ~ 15:15 |     |    |               |      |                    |   |

※駐車場については、外壁・屋上防水工事に伴い駐車スペースが半減していますので、来館の際は公共交通機関をご利用ください。

# 9月のおもな行事

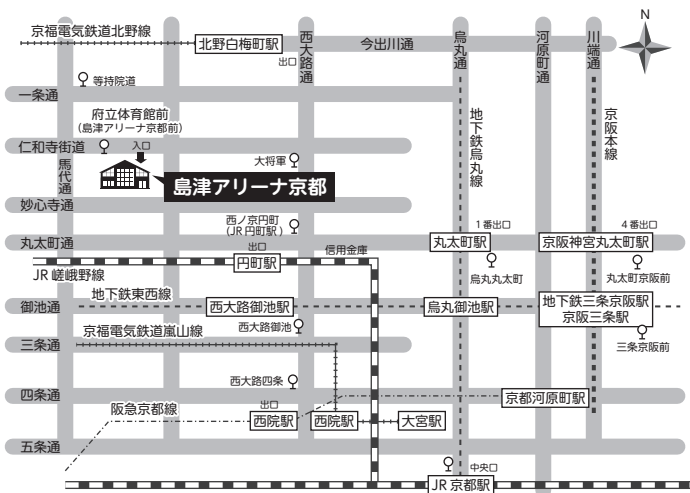
# Monthly Schedule

| 日  | 曜 | 9月 行事予定表   | トレーニング<br>ルーム | 健康体操等     | 駐車場 |    |   |
|----|---|--|---------------|-----------|-----|----|---|
|    |   |  |               |           | 午前  | 午後 | 夜 |
| 1  | 日 | 卓球社会人リーグ(団体)<br>京都ホープス以下卓球大会                                       | ○             |           |     |    |   |
| 2  | 月 | バレーボール大会<br>Sリーグバレーボール大会   | ○             | ST・FY     |     |    |   |
| 3  | 火 | 館登録卓球協議会(夜の部) ステップアップセミナー  | ○             | ET・SA・SST |     |    |   |
| 4  | 水 | 休館日  |               |           |     |    |   |
| 5  | 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)<br>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 | ○             | ET・SA・ST  |     |    |   |
| 6  | 金 |  | ○             | FP・ST     |     |    |   |
| 7  | 土 | 体育館フェスタ  | ○             |           |     |    |   |
| 8  | 日 | シニアスポーツデー、障害者スポーツのつどい<br>北区民卓球大会                                   | ○             |           |     |    |   |
| 9  | 月 | Newリーグバレーボール大会   | ○             | ST・FY     |     |    |   |
| 10 | 火 | Sリーグバレーボール大会   | ○             | ET・SA・SST |     |    |   |
| 11 | 水 | 休館日  |               |           |     |    |   |
| 12 | 木 | 京私幼PTA左京地区バレーボール大会   | ○             | ET・SA・ST  |     |    |   |
| 13 | 金 |  | ○             | FP・ST     |     |    |   |
| 14 | 土 | 京都府高等学校秋季卓球選手権大会兼全国選抜・近畿高等学校新人卓球大会市部一次予選                           | ○             |           |     |    |   |
| 15 | 日 | 全日本卓球選手権大会一般の部京都府予選<br>京都府民総合体育大会マスターズの部                           | ○             |           |     |    |   |
| 16 | 月 | 日本ハンドボールリーグ京都大会  |               |           |     |    |   |
| 17 | 火 | 京都府レディースバドミントン秋季リーグ戦   | ○             | ET・SA・SST |     |    |   |
| 18 | 水 | いきいきスポーツサークル   | ○             |           |     |    |   |
| 19 | 木 | バレーボール大会<br>Sリーグバレーボール大会   | ○             | ET・SA・ST  |     |    |   |
| 20 | 金 | 京都府レディースバドミントン秋季リーグ戦   | ○             | FP・ST     |     |    |   |
| 21 | 土 | 親睦大運動会   | ○             |           |     |    |   |
| 22 | 日 | 京都障害者交流卓球大会  | ○             |           |     |    |   |
| 23 | 月 | 中京ソフトバレーボール親睦会「ハチドリカップ」<br>京都ジュニア年齢別ホープス以下大会(兼全国オープン大会京都府予選)       | ○             | ST・FY     |     |    |   |
| 24 | 火 | 京私幼PTA右京地区バレーボール大会   | ○             | ET・SA・SST |     |    |   |
| 25 | 水 | いきいきスポーツサークル<br>Sリーグバレーボール大会                                       | ○             |           |     |    |   |
| 26 | 木 | 京都府レディースバドミントン秋季リーグ戦<br>館登録バレーボール協議会(夜の部)前期リーグ戦                    | ○             | ET・SA・ST  |     |    |   |
| 27 | 金 | Sリーグバレーボール大会   | ○             | FP・ST     |     |    |   |
| 28 | 土 |  | ○             |           |     |    |   |
| 29 | 日 | 全日本選手権大会ジュニアの部京都府予選(卓球)<br>大阪・東京選手権大会一般予選(卓球)                      | ○             |           |     |    |   |
| 30 | 月 | 京都府レディースバドミントン秋季リーグ戦   | ○             | ST・FY     |     |    |   |

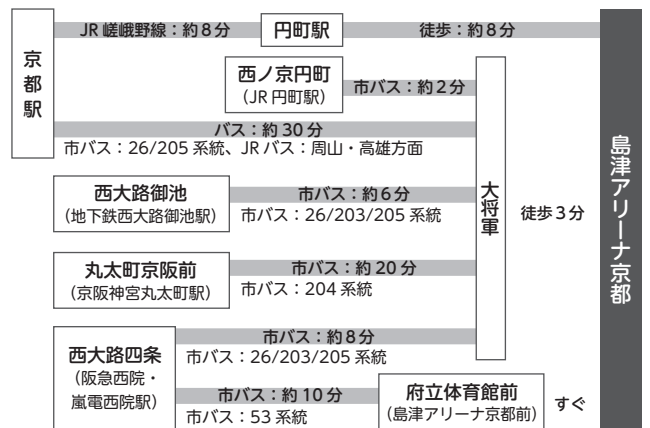
健康体操 ST :スマイルトレーニング FY:フィットネスヨガ体操  
ET :イーゼートレーニング FP:フィットネスピラティス  
SST :すっきりすこやか体操 SA:シェイプアップエアロ

8月3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



ホームページは  
こちらのQRコードを  
読み取りください。