

体育館ガイド



島津アリーナ京都
(京都府立体育館)

11 2025
月号

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

ホームページはこちら



～2期スポーツ教室のお知らせ～

開催日 1/15、22、29、2/5、12、19 (計6回、毎木曜日)

受付期間 12/7日～23日必着

対象
18歳以上の方
(高校生不可)

2期スポーツ教室

各コースとも 3,480円 (全6回分)

	初心者コース	経験者コース
時 間	9:30～11:45	13:15～15:30
内 容	基本的な技術習得を中心に行い、ラリーや簡単なゲームを楽しみます。	基本的な技術・戦術などを学び、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・パウンドテニス (経験を問わず)	バドミントン・卓球・テニス・トランポリン (経験を問わず)
第2競技場 (サブアリーナ)	バレーボール	バレーボール
申込方法 WEBまたはハガキ	【記載内容 (入力内容)】 ・「スポーツ教室希望」 ・氏名 (フリガナ)、郵便番号、住所、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)	
宛 先	〒603-8334 京都市北区大将軍鷹司町 島津アリーナ京都	

WEB申込みは
こちら



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	340円	11/8(土)	9:30～12:30 13:00～16:00 17:00～20:00	9:30～13:00 13:00～17:00	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。
シニアスポーツデー	220円	11/9(日)	10:00～11:30	9:15～	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	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	340円	11/19(水) 11/26(水)	9:30～11:30	9:00～	18歳以上の方 (高校生不可)	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	340円	毎週	月 9:15～10:30 木 14:00～15:15 金 10:45～12:00	当日受付	15歳以上の方 (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。
フィットネスヨガ体操			月 10:45～11:45			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。
フィットネスピラティス			金 9:30～10:30			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。
シェイプアップエアロ			火 10:45～11:45			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。
イーリートレーニング			火 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。
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。

※健康体操・トレーニングルーム：11月3日(月・祝)は有料事業のため休講になります。

Monthly Schedule

日	曜	11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	土	全国高等学校バスケットボール選手権大会京都府予選決勝リーグ	○				
2	日	全国高等学校バスケットボール選手権大会京都府予選決勝リーグ	○				
3	月	全国高等学校バスケットボール選手権大会京都府予選決勝リーグ（有料）	×	×			
4	火	京私幼PTA左京地区親善バレーボール大会 新日本スポーツ連盟卓球大会	○	ET・SA・SST			
5	水	休館日					
6	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	○	ET・SA・ST			
7	金	スポーツ教室Ⅰ、きっずスポーツサークル	○	FP・ST			
8	土	スポーツを楽しむ日	○				
9	日	シニアスポーツデー、障害者スポーツのつどい テコンドー合同練習会	○				
10	月		○	ST・FY			
11	火	京都幼児フォーラム こどもフェスティバル サッカー大会	○	ET・SA・SST			
12	水	休館日					
13	木	京しごと技能検定（清掃分野） Sリーグ バレーボール大会 館登録バレーボール協議会（夜の部）リーグ戦	○	ET・SA・ST			
14	金	スポーツ教室Ⅰ、きっずスポーツサークル	○	FP・ST			
15	土	全日本バレーボール高等学校選手権大会京都府予選会	○				
16	日	京都府民総合体育大会市町村交流マスターズ大会バレーボール競技	○				
17	月	京都レディース3Sリーグ卓球大会（団体リーグ）	○	ST・FY			
18	火	中京区保育園・こども園合同こども大会 全日本卓球選手権大会（一般の部）近畿ブロック予選	○	ET・SA・SST			
19	水	いきいきスポーツサークル	○				
20	木		○	ET・SA・ST			
21	金		○	FP・ST			
22	土	全国ソフトバレー・スポレクフェスティバルin京都	○				
23	日	全国ソフトバレー・スポレクフェスティバルin京都	○				
24	月	中京バレーボール交流大会「タナケンカップ」 6人制バレーボール大会	○	ST・FY			
25	火	左京南支部PTAバレーボール交歓会	○	ET・SA・SST			
26	水	いきいきスポーツサークル 館登録卓球協議会（夜の部）後期団体リーグ戦 館登録バレーボール協議会（夜の部）リーグ戦	○				
27	木	京都市中学校育成学級等合同運動会	○	ET・SA・ST			
28	金	京都市中学校育成学級等合同運動会	○	FP・ST			
29	土	京都府マスターズ綱引交流大会 6人制バレーボール大会	○				
30	日	中京区バドミントン大会 館登録卓球協議会（夜の部）後期団体リーグ戦	○				

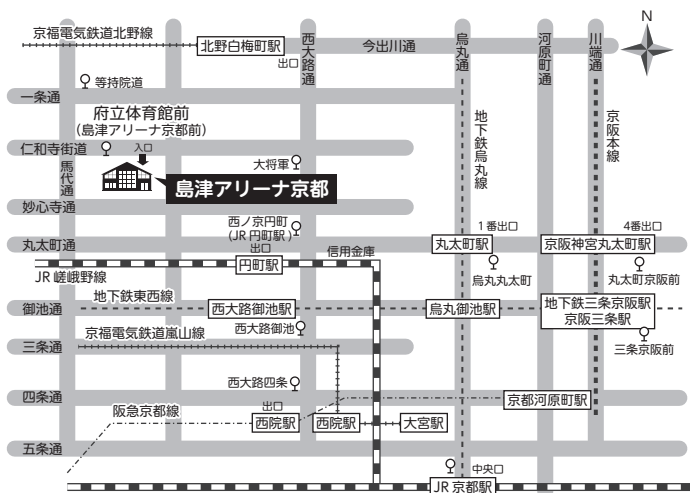
健康体操

ST：スマイルトレーニング
ET：イーリートレーニング
SST：すっきりすこやか体操

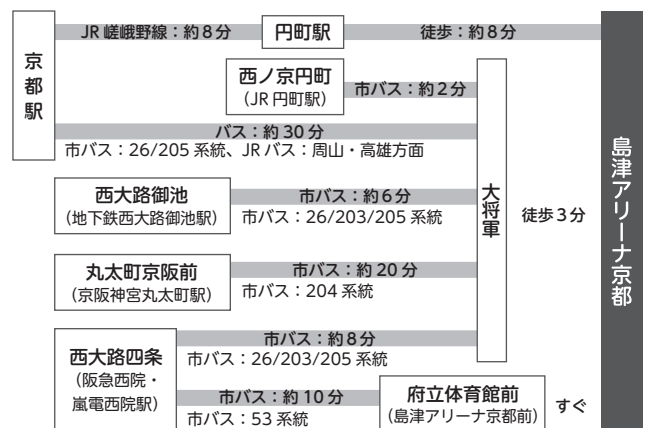
FY：フィットネスヨガ体操
FP：フィットネスピラティス
SA：シェイプアップエアロ

10月4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。