



平成 25 年度
スポーツプログラムのご案内

京都府立体育館



府立体育館 リニューアル OPEN

新しく生まれ変わった京都府立体育館に、ぜひ、ご来館ください

point
1

国際規格に対応

point
2

人に優しく

point
3

環境にも優しく

楽しさ、さわやかさを实感しよう！！

小学生
以上※

スポーツを楽しむ日

開催日 6/8、7/13、8/10、10/12、12/23 (祝)
1/11、2/8 (12/23 以外は土曜日)

■ 午前の部 9:30～12:30
■ 午後の部 13:00～16:00
■ 夜の部 17:00～20:00

種目 バドミントン・卓球・トランポリン (全日)
フリースペース (午前・午後)
バレーボール (午前の部と 13:00～14:30)
ミニバスケットボール (14:30～16:00)
バスケットボール (夜)

※小学生未満は保護者同伴

入場料各部 **300円** 回数券 OK

60歳
以上の
府民の方

シニアスポーツデー



開催日 毎月第2日曜日
(9月と3月は第3日曜日)

時間 10:00～11:30

場所 第1競技場他

種目 卓球・バドミントン・ソフトバレー
ボール・トランポリン・ウォーキン
グ・健康体操

参加料 **200円**

16歳
以上の方

ホワイエ (健康体操) 受付は2階事務室窓口までおこしく下さい

イーリートレーニング

時間 木曜日の 9:15～10:30
(9:15 受付終了)

内容 身体ほぐしを中心とした簡
単なトレーニング・ストレッチ
ング等で健康体力づくり

シェイプアップエアロ (初級)

時間 火曜日の 10:00～11:15
(10:00 受付終了)

木曜日の 10:45～12:00
(10:45 受付終了)

内容 エアロビクエクササイズ・ストレッチ
ング等で健康体力づくり

スマイルトレーニング

時間 月曜日・金曜日の 10:00～11:30
(10:00 受付終了)

内容 各種トレーニング・ストレッチ
ング・ウォーキング、ラン
ニング等で健康体力づくり

SST

時間 火曜日の 14:00～15:15
(14:00 受付終了)

内容 ゆるやかな身体ほぐしで身体をすっきり
リフレッシュ！運動強度は低めですので、
これから運動を始める方もどうぞ！

参加料各 **300円** 回数券 OK

障害者と
その介助者

障害者スポーツのつどい

開催日 毎月第2日曜日
(9月と3月は第3日曜日)

時間 13:30～16:00

場所 第1競技場他

種目 サークット・トランポリン・ビームライフル・
サウンドテーブルテニス・卓球・バドミントン・
車いすハンドボール・卓球バレー・フライン
グディスク・風船バレー・ボウリング・輪投
げ等

参加料 **無料**

中高年
の方

いきいきスポーツサークル

開催日 毎月第3・4水曜日
(8/28、11/20、2/26 は実施しません)

時間 9:30～11:30 (9:30 受付終了)

場所 第1競技場

種目 みんな一緒に転倒予防などを目的とした簡単
な筋力トレーニングをして身体づくりを行い、
その後にバドミントン、卓球、ソフトバレー
など手軽なスポーツを行います。

参加料 **300円** 回数券 OK

中学生
以上※

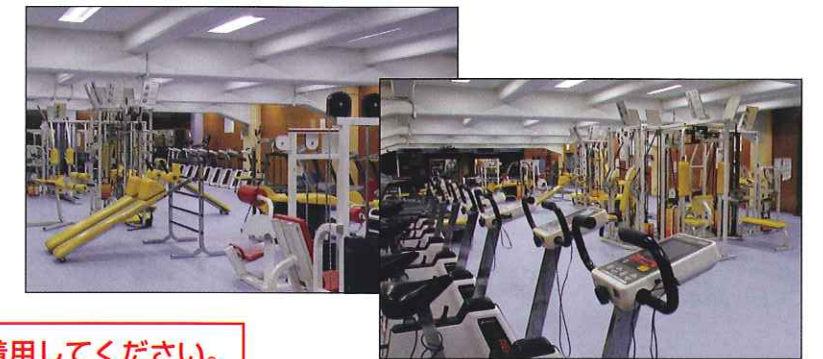
トレーニングルーム 受付は2階事務室窓口までおこしく下さい

開催日 毎月第1,2,5水曜日以外

時間 ■ 午前の部 9:00～12:00
(11:00 受付終了)
■ 午後の部 13:00～17:00
(16:00 受付終了)
■ 夜の部 18:00～21:00
(20:00 受付終了)

必ずトレーニングウェア、室内用運動靴を着用してください。

※小学生以下は保護者同伴でも不可

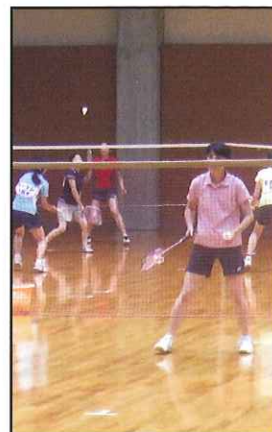


使用料 **350円**

スポーツライフの第一歩！！

スポーツ教室

参加料各コース **3,000円**



<1期>

開催日 9月20日、27日、10月18日、11月1日、8日、
12月6日 合計6回 (毎金曜日)

受付期間 8月26日 (月)～9月3日 (火)

<2期>

開催日 1月14日、28日、2月4日、18日、3月11日、18日
合計6回 (毎火曜日)

受付期間 12月9日 (月)～12月17日 (火)

全く経験なし！
久しぶりの活動！

これまでに
スポーツは

経験済！

初心者
コース

基礎的な技術を習得し、ラリーや簡単なゲームを楽しみます。

時間 9:30～11:45

種目 ・バレーボール 40名 ・バドミントン 32名
・卓球 20名・テニス 16名
・トランポリン 20名 (1期のみ開催)
NEW! ファミリーバドミントン 18名 (2期のみ開催)

経験者
コース

基本的な技術や戦術等を学び、ゲームを楽しみます。

時間 13:15～15:30

種目 ・バレーボール 40名 ・バドミントン 24名
・卓球 20名・テニス 10名
・バウンドテニス 20名 (1期のみ開催)
NEW! ソフトバレーボール 24名 (2期のみ開催)

お申し込み方法

○往復ハガキの往信にスポーツ教室希望、住所、氏名 (フリガナ)、
年齢、性別、電話番号、希望種目、
コースを記入し、府立体育館ま
で郵送ください (両コースと
もご希望の場合は併記してくだ
さい)。また、返信には住所、氏
名を記入してください。

○受付はいずれも締切日の消印有
効とし、定員を超えた場合は、
受付期間終了後に抽選を行いま
す。

○結果は返信はがきにて通知いた
します。

回数券 OK

共通回数券 (①1枚綴りで3,000円) が使用できます。ご購入は受付までおこしく下さい。

スポーツボランティアさん募集！

当館では、毎月第2日曜日に実施している「シニアスポーツデー」と「障害者スポーツのつどい」に協力していただけるスポーツボランティアを募集しています。

興味のある方は、ぜひ、体育館までお問い合わせ下さい。充実した活動にチャレンジしてみてください。

平成 25 年度に開催される主な催し物

8月	ポリショイサーカス	8/29～9/1	12月	プロバスケットボール	12/14・15
9月	テニス GS ユアサ女子オープン	9/8～9/14	1月	全国9人制バレーボール総合女子選手権大会	1/17～20
	日本ハンドボールリーグ	9/16	2月	プロバスケットボール	2/15・16
11月	バレーボールグランドチャンピオンズカップ	11/19・20		島津全日本室内テニス選手権大会	2/27～3/9
	京都体操祭	11/23			
	バスケットボール女子日本リーグ	11/30			

※大会日程やチケット等の詳細につきましては、主催者等にお問い合わせください。



交通案内



- JR 円町駅下車 北へ 600m 徒歩 8 分
- 市バス 15、26、203、204、205 系統「大將軍」下車 西へ 200m 徒歩 3 分
- 市バス 10 系統「等持院道」下車 南へ 300m 徒歩 4 分
- JR バス「大將軍」下車 西へ 200m 徒歩 3 分

※駐車場は収容能力が小さいので、できるだけ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ので、あらかじめご了承ください。

京都府立体育館

〒603-8334 京都市北区大將軍鷹司町

電話 (075)-462-9191

休館日
第 1,2,5 水曜日

FAX (075)-462-9192

Eメール taiikukan@pref.kyoto.lg.jp

ホームページ <http://www.kyoto-furitutaiikukan.jp>

京都府立体育館

検索

AED



京都府立体育館内に A E D (自動体外式除細動器) を設置しています