

平成31年[1月]の総合体育館で利用できるスポーツ種目と大会のご案内

日	曜	区分	アリーナ	第2体育室	ランニングコース	日	曜	区分	アリーナ	第2体育室	ランニングコース	
1	火	午前		あけましておめでとうございます								
		午後										
		夜間										
2	水	午前		今年もよろしくお願いたします								
		午後										
		夜間										
3	木	午前		1月1日～1月3日まで休館です								
		午後										
		夜間										
4	金	午前	ミニバレー	バウンドテニス スポンジテニス 卓球	バドミントン							
		午後										
		夜間										
5	土	午前	ミニバレー	バドミントン	卓球	バスケットボール(高校生以上)						
		午後				バスケットボール(小・中学生)						
		夜間				バドミントン						
6	日	午前	ミニバレー	バドミントン	卓球	バスケットボール(小・中学生)						
		午後				バスケットボール(高校生以上)						
		夜間				バドミントン						
7	月	午前	休館日 *休館日は第1・3月曜日です。祝日の場合は翌日が休館日となります。									
		午後										
		夜間										
8	火	午前	ミニバレー	バウンドテニス	卓球	バドミントン						
		午後		スポンジテニス								
		夜間		バドミントン								
9	水	午前	ミニバレー	スポンジテニス	卓球	バドミントン	バスケットボール(高校生以上)				10:00～10:30 利用できません	
		午後		バドミントン(16:00まで) 団体利用(16:00～18:00)								
		夜間		バドミントン(18:00から)								
10	木	午前	ミニバレー・ソフトテニス・卓球(11:30まで)		バドミントン(12:30まで)						11:30～18:00 利用できません	
		午後	第44回北海道ミニバスケットボール大会開会式 12:00～17:00									
		夜間	バスケットボール(18:00から)	団体利用								
11	金	午前	第44回北海道ミニバスケットボール大会 9:00～17:00									9:00～18:00 利用できません
		午後										
		夜間	バスケットボール(18:00から)	バドミントン(16:00から)								
12	土	午前	第44回北海道ミニバスケットボール大会 9:00～17:00									9:00～18:00 利用できません
		午後										
		夜間	ミニバレー・バドミントン・卓球(18:00から)	バドミントン(16:00から)								
13	日	午前	ミニバレー	バドミントン	卓球	バスケットボール(小・中学生)						
		午後				バスケットボール(高校生以上)						
		夜間				バドミントン						
14	月	午前	ミニバレー	バドミントン	卓球	バドミントン						
		午後										
		夜間										バレーボール 小・中学生19時まで 高校生以上19時から
15	火	午前	ミニバレー	バウンドテニス	卓球	バドミントン						
		午後		スポンジテニス								
		夜間		バドミントン								
16	水	午前	ミニバレー	スポンジテニス	卓球	バドミントン	バスケットボール(小・中学生)				10:00～10:30 利用できません	
		午後		バドミントン(16:00まで) 団体利用(16:00～18:00)								
		夜間		バドミントン(18:00から)								
17	木	午前	ミニバレー	テニス	卓球	バドミントン						
		午後										
		夜間		ソフトバレー								バドミントン
18	金	午前	ミニバレー	バウンドテニス	卓球	バドミントン						
		午後		スポンジテニス								
		夜間		バドミントン								
19	土	午前	スポーツ少年団 テスト会 9:00～13:00								9:00～14:00 利用できません	
		午後	ミニバレー・バドミントン・卓球(14:00から)	バスケットボール(高校生以上)								
		夜間	バレーボール 小・中学生19時まで 高校生以上19時から									
20	日	午前	理事長杯バドミントン大会 9:00～18:00									9:00～19:00 利用できません
		午後										
		夜間	ミニバレー・バドミントン・卓球(19:00から)	バドミントン(19:00から)								
21	月	午前	休館日 *休館日は第1・3月曜日です。祝日の場合は翌日が休館日となります。									
		午後										
		夜間										
22	火	午前	ミニバレー	バウンドテニス	卓球	バドミントン						
		午後		スポンジテニス								
		夜間		バドミントン								
23	水	午前	ミニバレー	スポンジテニス	卓球	バドミントン	バスケットボール(高校生以上)				10:00～10:30 利用できません	
		午後		バドミントン(16:00まで) 団体利用(16:00～18:00)								
		夜間		バドミントン(18:00から)								
24	木	午前	ミニバレー	ソフトテニス	卓球	バドミントン						
		午後		バドミントン								
		夜間		ソフトバレー								バドミントン
25	金	午前	ミニバレー	バウンドテニス	卓球	バドミントン						
		午後		スポンジテニス								
		夜間		バドミントン								
26	土	午前	2019全道クラブジュニアユースフットサル交流大会 9:00～18:00									9:00～19:00 利用できません
		午後										
		夜間	フットサル(19:00から)	バドミントン(19:00から)								
27	日	午前	2019全道クラブジュニアユースフットサル交流大会 9:00～17:00									9:00～18:00 利用できません
		午後										
		夜間	ミニバレー・バドミントン・卓球(18:00から)	バドミントン(18:00から)								
28	月	午前	ミニバレー	ソフトテニス	卓球	バドミントン					10:00～10:30 利用できません	
		午後		スポンジテニス								
		夜間		バドミントン								テニス
29	火	午前	ミニバレー	バウンドテニス	卓球	バドミントン						
		午後		スポンジテニス								
		夜間		バドミントン								
30	水	午前	ミニバレー	スポンジテニス	卓球	バドミントン	バスケットボール(小・中学生)				10:00～10:30 利用できません	
		午後		バドミントン(16:00まで) 団体利用(16:00～18:00)								
		夜間		バドミントン(18:00から)								
31	木	午前	ミニバレー	バドミントン	卓球	バドミントン						
		午後										
		夜間		ソフトバレー								団体利用
2/1	金	午前	ミニバレー	バウンドテニス	卓球	バドミントン						
		午後		スポンジテニス								
		夜間		バドミントン								
2/2	土	午前	ミニバレー	バドミントン	卓球	バドミントン	バスケットボール(小・中学生)					
		午後		バスケットボール(高校生以上)								
		夜間		バドミントン								

備 考	【利用時間】	<午前>9:00～13:00	<午後>13:00～17:00	<夜間>17:00～22:00
	<p>*個人料金(市内在住者 ※市内への通勤、通学者含む) 【一般】240円 【高校生・65歳以上】120円 ※小/中学生及び障がい者は無料です。 ・トレーニング室を利用される場合は別途料金がかかります。【一般】300円 【高校生・65歳以上】150円 ・市外の方は利用料金が2倍になります。(市外小/中学生は120円) ・シャワー利用/1回100円 *種目のコート数は利用状況により調整して運用します。 *来館の際は住所等が確認できるものをお持ちください。(中・高生及び障がい者はそれを明らかにできるものをご提示ください) *混み合う時は15分間隔で交替し、お互いに譲り合って運動しましょう。 *着替え等も含めて22:00までに退館されますようご協力をお願いいたします。 *大会等でカレンダーの内容が変更になることがあります。</p>	<p>【スポーツ指導員による指導が受けられます】 ・フィットネスエクササイズ / 毎週水曜日(10:00～11:30)・第4月曜日(10:00～11:30) ・実技指導・卓球 / 毎週火・土曜日(14:00～16:00) ・実技指導・スポンジテニス / 毎週水曜日(10:00～12:00) ・実技指導・トレーニング室 / 毎週土曜日(9:30～11:30) ただし、指導のない週もあります。詳しい内容は総合体育館までお問い合わせください。 *島松体育館、駒場体育館、福住屋内運動広場の開放状況は、直接各施設にお問い合わせください。 総合体育館 32-2261 島松体育館 36-5658 駒場体育館 33-0342 福住屋内運動広場 34-3066</p>		