

令和2年[11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	日	午前	石狩管内中体連新人戦バスケットボール大会 9:00~19:00		9:00~20:00 利用できません	18	水	午前	ミニバレー	卓球	バドミントン	
		午後	ミニバレー・バドミントン・卓球(20:00から)	バドミントン(20:00から)								
		夜間										
2	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。	19	木	午前	ミニバレー	卓球	指導/ヨガ 10:00~12:00	
		午後	バドミントン	バドミントン								
		夜間						団体利用				
3	火	午前	ミニバレー	バドミントン	卓球	20	金	午前	ミニバレー	卓球	バドミントン	
		午後						バウンドテニス				バドミントン
		夜間										
4	水	午前	ミニバレー	卓球	10:00~10:30 利用できません	21	土	第32回 石狩管内中学校ソフトテニス大会 9:00~18:00			9:00~19:00 利用できません	
		午後						バドミントン(16:30まで) 団体利用(16:30~18:30)	バドミントン(18:30から)			
		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)
5	木	午前	ミニバレー	バドミントン	卓球	22	日	午前	ミニバレー	バドミントン	卓球	
		午後						指導/ヨガ 10:00~12:00				バドミントン
		夜間										
6	金	午前	ミニバレー	バドミントン	卓球	23	月	ノースエリア格闘技イベント 「BOUT41」 キックボクシング 9:00~22:00			バドミントン(14:00まで) 問合せ: BOUT実行委員会 011-562-3291	
		午後						バドミントン	バドミントン			
		夜間								バドミントン		
7	土	午前	ミニバレー	バドミントン	卓球	24	火	午前	ミニバレー	卓球	バドミントン	
		午後						バウンドテニス				バドミントン
		夜間										
8	日	午前	北海道中学校選抜卓球大会 千歳支部予選 9:00~17:00		9:00~18:00 利用できません	25	水	午前	ミニバレー	卓球	バドミントン	
		午後	バドミントン(16:30まで) 団体利用(16:30~18:30)	バドミントン(18:30から)								
		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)
9	月	午前	ミニバレー	バドミントン	卓球	26	木	午前	ミニバレー	バドミントン	卓球	
		午後						指導/ヨガ 10:00~12:00				バドミントン
		夜間										
10	火	午前	ミニバレー	バドミントン	卓球	27	金	午前	ミニバレー	卓球	バドミントン	
		午後						バウンドテニス				バドミントン
		夜間										
11	水	午前	ミニバレー	バドミントン	卓球	28	土	第12回全道U-15女子フットサル大会 兼 JFA第11回全日本U-15女子フットサル選手権大会 北海道代表決定戦			9:00~18:00 利用できません	
		午後						バドミントン(16:30まで) 団体利用(16:30~18:30)	バドミントン(18:30から)			
		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)
12	木	午前	ミニバレー	バドミントン	卓球	29	日	第12回全道U-15女子フットサル大会 兼 JFA第11回全日本U-15女子フットサル選手権大会 北海道代表決定戦			9:00~18:00 利用できません	
		午後						指導/ヨガ 10:00~12:00	バドミントン			
		夜間								団体利用		
13	金	午前	ミニバレー	バドミントン	卓球	30	月	午前	ミニバレー	卓球	バドミントン	
		午後						バウンドテニス				バドミントン
		夜間										
14	土	午前	ミニバレー	バドミントン	卓球	12/1	火	午前	ミニバレー	卓球	バドミントン	
		午後						バウンドテニス				バドミントン
		夜間										
15	日	午前	第32回 石狩管内中学校ソフトテニス大会 9:00~18:00		9:00~19:00 利用できません	12/2	水	午前	ミニバレー	卓球	バドミントン	
		午後	バドミントン(16:30まで) 団体利用(16:30~18:30)	バドミントン(18:30から)								
		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)
16	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。	12/3	木	午前	ミニバレー	卓球	バドミントン	
		午後	バドミントン	バドミントン								
		夜間						団体利用				
17	火	午前	ミニバレー	バドミントン	卓球	*月額定期券でご利用できます※ *4,320円—市内4館体育施設、総合体育館トレーニング室、島松体育館トレーニング室 *2,720円—市内4館体育施設、島松体育館トレーニング室 *1,920円—市内4館体育施設 ※高校生・65歳以上の方は半額となります。詳しい内容はお電話、または窓口にてお問合せください。	17	午前	ミニバレー	卓球	バドミントン	
		午後						バウンドテニス				バドミントン
		夜間										

【利用時間】

<午前>9:00~13:00

<午後>13:00~17:00

<夜間>17:00~22:00

「ご利用の際はマスクの着用をお願いします。」

*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。
*新型コロナウイルス感染拡大、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。

【スポーツ指導員による指導が受けられます】

※11月からヨガ・フィットネスエクササイズを格技室で開催します(木曜日を除く)※
*フィットネスエクササイズ / 毎週水曜日(10:00~11:30)
*ヨガ/毎週火曜日(13:30~14:30)、毎週木曜日(10:30~11:30)
*毎週金曜日(13:00~14:00)
*実技指導・卓球 / 毎週火曜日(14:00~16:00)
*実技指導・スポンジテニス / 毎週水曜日(10:00~12:00)
ただし、指導のない週もあります。詳しく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