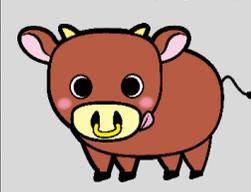
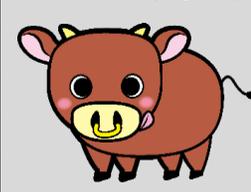


令和3年[1月]の総合体育館で利用できるスポーツ種目と大会のご案内

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	金	午前 午後 夜間	 <p>あけましておめでとうございます</p>			18	月	午前 午後 夜間	<p>休館日</p> <p>* 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。 * 島松体育館、駒場体育館、福住屋内運動広場は開館しております。</p>				
2	土	午前 午後 夜間	 <p>今年もよろしくお願ひいたします</p>			19	火	午前 午後 夜間	ミニバレー	バウンドテニス 卓球 バドミントン	卓球 バドミントン	バドミントン 【バスケットボール】高校生17～19時30分、一般19時30分～22時	
3	日	午前 午後 夜間	 <p>1月1日～1月3日まで休館です</p>			20	水	午前 午後 夜間	ミニバレー	スポンジテニス 卓球 バドミントン	卓球 バドミントン	バドミントン 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)	10:00～10:30 利用できません
4	月	午前 午後 夜間	<p>休館日</p> <p>* 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。 * 島松体育館、駒場体育館、福住屋内運動広場は開館しております。</p>			21	木	午前 午後 夜間	ミニバレー	ソフトテニス バドミントン	卓球	バドミントン 団体利用	
5	火	午前 午後 夜間	ミニバレー	バウンドテニス 卓球 バドミントン	バドミントン	22	金	午前 午後 夜間	ミニバレー	バウンドテニス スポンジテニス バドミントン	卓球	バドミントン	
6	水	午前 午後 夜間	ミニバレー	スポンジテニス 卓球 バドミントン	バドミントン 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)	23	土	午前 午後 夜間	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) バスケットボール(小・中学生) バドミントン	
7	木	午前 午後 夜間	<p>ミニバレー・バドミントン・卓球 (14:00まで)</p> <p>第46回北海道U12バスケットボール大会 15:00～17:00</p> <p>バスケットボール</p>			24	日	午前 午後 夜間	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) バスケットボール(高校生以上) バドミントン	
8	金	午前 午後 夜間	<p>第46回北海道U12バスケットボール大会 9:00～17:00</p> <p>バスケットボール(18:00から) バドミントン(16:00から)</p>			25	月	午前 午後 夜間	ミニバレー	テニス ソフトテニス バドミントン	卓球	スポンジテニス 【バレーボール】小・中学生17～18時 高校生18～20時、一般20～22時	
9	土	午前 午後 夜間	<p>第46回北海道U12バスケットボール大会 9:00～17:00</p> <p>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)</p>			26	火	午前 午後 夜間	ミニバレー	バウンドテニス スポンジテニス 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)	
10	日	午前 午後 夜間	ミニバレー・バドミントン・卓球(12:00まで)	バスケットボール(高校生以上)	バスケットボール(小・中学生)	27	水	午前 午後 夜間	ミニバレー	スポンジテニス 卓球 バドミントン	卓球	バドミントン 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)	10:00～10:30 利用できません
11	月	午前 午後 夜間	ミニバレー	バドミントン	卓球	28	木	午前 午後 夜間	ミニバレー	テニス バドミントン	卓球	バドミントン 団体利用	
12	火	午前 午後 夜間	ミニバレー	バウンドテニス 卓球 バドミントン	バドミントン	29	金	午前 午後 夜間	ミニバレー	バウンドテニス スポンジテニス バドミントン	卓球	バドミントン	
13	水	午前 午後 夜間	ミニバレー	スポンジテニス 卓球 バドミントン	バドミントン 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)	30	土	午前 午後 夜間	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) バスケットボール(高校生以上) バドミントン	
14	木	午前 午後 夜間	ミニバレー	テニス バドミントン	バドミントン 団体利用	31	日	午前 午後 夜間	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) バスケットボール(小・中学生) 【バレーボール】小・中学生17～18時 高校生18～20時、一般20～22時	
15	金	午前 午後 夜間	ミニバレー	バウンドテニス 卓球 バドミントン	バドミントン	2/1	月	午前 午後 夜間	<p>休館日</p> <p>* 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。 * 島松体育館、駒場体育館、福住屋内運動広場は開館しております。</p>				
16	土	午前 午後 夜間	ミニバレー	バドミントン	卓球	2/2	火	午前 午後 夜間	ミニバレー	バウンドテニス 卓球 バドミントン	卓球	バドミントン 【バスケットボール】高校生17～19時30分、一般19時30分～22時	
17	日	午前 午後 夜間	ミニバレー	バドミントン	卓球	<p>※月額定期券でご利用できます※</p> <p>・4,320円一市内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</p> <p>・2,720円一市内4館体育施設、島松体育館トレーニング室</p> <p>・1,920円一市内4館体育施設</p> <p>※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。</p>							

【利用時間】

<午前>9:00～13:00

<午後>13:00～17:00

<夜間>17:00～22:00

「ご来館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】

※ヨガ・フィットネスエクササイズを格技室で開催しています※
・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