

# ダッシュ!

2020年度スポーツ講座

スポーツCLUB  
BIG  
スポーツ振興くじ助成事業

## スポーツ栄養講座

～スポーツ選手にバランスの良い食事を～

参加費  
無料

「からだは食べ物からできている」と言われますが、毎日の食事が勝利へのカギになります。健康で競技を続けるために必要な毎日の食生活のあり方、スポーツ選手にみられる貧血などの栄養障害、熱中症予防のための水分補給についても解説します。

日時 **5月27日(水) 18:30～20:00**

会場 **市民スポーツ会館 会議室** (京都市右京区西京極新明町32)

内容  
・スポーツ選手の食事の基本  
・スポーツ選手の栄養障害  
・熱中症予防のための水分補給

講師 **吉岡 美子氏**

京都産業大学 現代社会学部 健康スポーツ社会学科 教授  
NPO法人日本スポーツ栄養学会理事、日本栄養改善学会評議員 他

参加対象 **スポーツ競技者、スポーツをする子供をもつ保護者、一般**

定員 **50名(抽選)**

申込方法 **① ホームページ申込フォームから**

**② FAX** ※氏名(ふりがな)、郵便番号、住所、年齢、性別、電話番号、本講座を何で知ったかを明記



申込締切 **5月11日(月) 必着**

※申込終了後、厳正な抽選の上、抽選結果をメール又は郵送にてお送りいたします。

お申込み  
お問合せ

公益財団法人京都市スポーツ協会 事業運営課

〒615-0864 京都市右京区西京極新明町1番地 TEL:075-315-4581 FAX:075-313-6043

【主催】公益財団法人京都市スポーツ協会 【共催】京都市 【後援】京都新聞、KBS京都



みんなが参加できる世界最大級の生涯スポーツの祭典

# 「ワールドマスターズゲームズ2021関西」体験会

参加費  
無料

## サッカー 体験会

**日時** 4月26日(日) 17:30~20:30  
**場所** 吉祥院公園球技場 **定員** 40名(先着)  
**参加対象** 30歳以上 初心者、競技経験者  
**内容** サッカー競技規則のレクチャーと実技指導(トレーニングと試合)  
**申込締切日** 4月19日(日) **申込方法** FAX・メール  
**持ち物** 運動できる服装・サッカーシューズ及びトレーニングシューズ  
**申込記載事項** 住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号・FAX  
 (サッカー歴、初心者・経験者/年数)  
**お申込み  
お問合せ** 京都府サッカー協会(担当:中熊)  
 Mail: fa-kyoto@jfa.or.jp  
 tel: 075-211-9416 fax: 075-211-9417

## バドミントン 体験会

**日時** 5月23日(土) ①10:00~12:00 ②14:00~16:00  
**場所** ハンナリーズアリーナ **定員** 各60名(先着)  
**参加対象** 35歳以上。初心者および初級者(2年未満)  
**内容** バドミントンを楽しむための基礎技術ダブルスゲームの楽しみ方  
**申込締切日** 4月30日(木) **申込方法** 往復はがき  
**持ち物** 運動できる服装・体育館シューズ・ラケット(ない場合は貸与)  
**申込記載事項** 住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号(参加時間・初心者、経験者)  
**お申込み  
お問合せ** 京都市バドミントン協会(担当:大前)  
 〒616-8153 京都市右京区太秦面影町8-2  
 tel: 090-2190-3759

## スカッシュ 体験会

**日時** 5月16日(土) ①10:00~12:00 ②13:00~17:00

**場所** 京都テルサフィットネスクラブ **参加対象** 30歳以上 ①未経験者②初級者、大会未経験者  
**内容** プロコーチによる体験会 **定員** ①16名②18名(先着) **申込締切日** 4月30日(木) **申込方法** FAX・メール  
**持ち物** 運動できる服装・室内用シューズ・タオル・飲料 **申込記載事項** 住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・経験年数・電話番号・FAX・メールアドレス  
**お申込み・お問合せ** 日本スカッシュ協会 関西支部(担当:土岐) Mail: info@squash-k.org tel/fax: 0798-63-6176

## 京都府山岳連盟 登山学校

登山の基本を学び、知識を身に付けることによって、多くの人が事故なく安全にアウトドア活動を  
 楽しめるように座学と実技で教室を開催します!

**説明会** **日時** 5月9日(土) 13:00~13:30 《無料》  
**場所** 京都テルサ東館3階D会議室(市バス九条車庫南側)  
**対象** 16歳以上 定員/80名(事前申込不要) **持ち物** 筆記用具  
**第1回  
室内学習** 説明会終了後、希望者は第1回室内学習(〜16:00)に参加  
**参加料** 3,000円(後日の実習登山料を含む)

**登山学校概略** 5月から翌年3月まで(8月・12月を除く) 各月に1回ずつ9コース実施。  
 1コースにつき室内学習1回、実習登山1回を行う。  
**内容** 山の装備、歩き方、天気、地図、自然、マナー、ケガや事故に対する対応、  
 アクシデントへの備え、山の花など、登山の基本全般にわたって学ぶ。  
**料金** 3,000円/コース



**お問合せ** 京都府山岳連盟 TEL: 090-2355-2551 FAX: 075-692-3490 Mail: info@kyoto-gakuren.jp

## 地域体育館スポーツ教室(4月~6月度)受講者募集!!

※受講対象16歳以上

開催場所	曜日	教室名/内容	初心者~ 中級者	時間	定員	回数	受講料(税込)	日程	休講日
東山地域体育館 【申込・問合せ】 075-532-0474	火	<b>ハワイアンフラ</b> ハワイアンミュージックに癒されながら年齢に 関係なく幅広い世代の方楽しんでいただけます。	初心者 ┆ 中級者	9:30~10:30 (60分)	30名	9回	8,060円 1,100円/1回	4/7・14・21 5/12・19 6/9・16・23・30	4/28 5/26 6/2
	水	<b>やさしいヨガ</b> 初心者の方、からだが硬い方でも安心して受講できま す。深い呼吸と共に気持ちよく体を伸ばしていきます。	初心者	9:00~10:00 (60分)	30名	11回	8,060円 1,100円/1回	4/1・8・15・22 5/13・20・27 6/3・10・17・24	4/29 5/6
	木	<b>健康ストレッチ</b> まずはストレッチで身体をほぐし、使い易い からだを目指しましょう。	初心者	9:30~10:50 (80分)	40名	12回	10,060円 1,260円/1回	4/9・16・23・30 5/7・14・21・28 6/4・11・18・25	4/2
		<b>骨盤体操</b> ヨガのポーズを正しく行い、体幹の強化や 体のゆがみを改善していきます。	初心者 ┆ 中級者	19:10~20:30 (80分)	30名	12回	10,060円 1,260円/1回	4/2・9・16・23 5/7・14・21・28 6/4・11・18・25	4/30
	金	<b>かんたんピラティス</b> 身体の歪み矯正、体幹を鍛え筋力アップを 目指します。	初心者 ┆ 中級者	9:00~10:00 (60分)	30名	12回	8,800円 1,100円/1回	4/3・10・17・24 5/1・15・22・29 6/5・12・19・26	5/8
		<b>リラックスヨガ</b> 初心者の方も安心。簡単ポーズで気持ちよさを 味わっていただくクラスです	初心者 ┆ 中級者	10:00~11:00 (60分)	30名	12回	8,800円 1,100円/1回	4/3・10・17・24 5/1・15・22・29 6/5・12・19・26	5/8
下京地域体育館 【申込・問合せ】 075-351-7510	金	<b>からだほぐしヨガ</b> 無理なく楽しく身体を動かして血行促進!! もっと元気に動けるように	初心者 ┆ 中級者	10:30~11:30 (60分)	15名	12回	8,800円 1,100円/1回	4/10・17・24 5/1・8・15・22・29 6/5・12・19・26	4/3
吉祥院地域体育館 【申込・問合せ】 075-691-1271	水	<b>健康ヨガ</b> 簡単なポーズからヨガのストレッチまで 心身ともに健康な身体づくりを目指します。	初心者 ┆ 中級者	9:30~10:30 (60分)	15名	11回	8,060円 1,100円/1回	4/1・8・15・22 5/13・20・27 6/3・10・17・24	4/29 5/6



ホームページからもお申込みができます!

←詳しくはこちらのQRコードから

体験や1回ずつの参加も  
可能です!!



## ソフトテニス競技 (兼 第43回京都市民総合体育大会 京都市予選会)



**日程** 5月6日(水・祝) **集合時間** 8:00 **競技開始** 9:00 **場所** 西院公園 テニスコート (No.1~No.6)  
**参加対象** 京都市在住か、在勤、在学の18歳以上、又は京都市ソフトテニス連盟登録者  
**内容** 一般・成年、男女B級、C級/シニア (40歳代、50歳代、60歳代、70歳代、80歳代)  
**参加料** 会員 1,500円/市民一般 2,000円 **申込期間** 4月12日(日)~4月26日(日)  
**申込方法** FAX、メール、ホームページ **申込必要事項** 〒住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、生年月日、電話番号、FAX、出場カテゴリー

お申込み・お問合せ **京都市ソフトテニス連盟** 〒615-8236 京都市西京区山田大吉見町3-6 西條繁方  
 TEL: 080-1495-2379 FAX: 075-394-7257 Mail: tpsaijo@gmail.com

## 剣道競技



**日程** 5月24日(日) **集合時間** 8:30 **競技開始** 9:00 **場所** 武道センター  
**参加対象** 京都市内在住か、在勤の18歳以上、初段以上の社会人 **申込期間** 3月24日(火)~4月24日(金)  
**内容** 〈個人戦〉男子三段以下、男子四段以上、男子50歳以上、女子の部〈団体戦〉3人制(男子の部、女子の部)  
**参加料** 個人・団体とも1名につき会員1,500円/一般3,000円 **申込方法** 京都市剣道協会 事務局へ直接

お申込み・お問合せ **京都市剣道協会** 〒606-8392 京都市左京区聖護院三王町19  
 TEL: 075-761-8288 FAX: 075-761-8287 Mail: kyoken@vega.ocn.ne.jp

### 金曜日・全5回 京都市民春季ソフトテニス教室 **日程** 5月8日、15日、22日、29日、6月5日

**時間** 18:30~20:45 **場所** 西院公園 テニスコート No.13~16 **参加対象** 小学4年生~ **参加料** 2,700円  
**定員** 小学生低学年20名、高学年20名、中学・高校生20名、一般20名(各先着)  
**持ち物等** ソフトテニスラケット、テニスシューズ **申込締切日** 4月1日(水)~4月28日(火) **申込方法** FAX、メール、ホームページ  
**申込時必要事項** 〒住所、氏名(ふりがな)、年齢(学年)、性別、電話番号、FAX、経験年数  
 ◆申込書は京都市連盟HPをご覧ください※小学生は、保護者氏名・連絡先電話番号※初心者の場合は必ず「初心者」とご記載ください。



お申込み・お問合せ **京都市ソフトテニス連盟** 〒615-8236 京都市西京区山田大吉見町3-6 西條繁方 TEL: 080-1495-2379 FAX: 075-394-7257 Mail: tpsaijo@gmail.com

### 月曜日・全12回 居合道教室 **日程** I期:6月1日~7月6日 II期:7月27日~9月7日

**時間** 10:00~12:00 **場所** 武道センター 主競技場 **参加対象** 16歳以上 **参加料** 各期4,500円(教本代 別途200円)  
**定員** 各期20名(先着) **持ち物等** ①運動できる服装(ショートパンツ、スカートは不可) ②木刀を差せる硬めの帯  
**申込締切日** 4月1日(水)~5月18日(月) **申込方法** はがき、電話、FAX、メール  
**申込時必要事項** 〒住所、氏名(ふりがな)、年齢(学年)、性別、生年月日、電話番号、FAX  
 日本刀を操作することにより、  
 武道の神髄に触れ、健康面でも効果あり。



お申込み・お問合せ **京都市剣道協会** 〒606-8392京都市左京区聖護院山王町19 TEL: 075-761-8288 FAX: 075-761-8287 MAIL: kyoken@vega.ocn.ne.jp

### 土曜日・全5回 京都市弓道教室(春季) **日程** 5月23日、30日、6月6日、13日、20日

未経験者大歓迎!毎年ほとんどの方が未経験者で参加されます。  
 是非、弓道を体験してみてください!  
**参加対象** 16歳以上※講習は全て日本語で行われます。 **持ち物等** ボタンやファスナーの無い動きやすい服装(スカート及び素足は厳禁)  
**参加料** 6,500円 **定員** 30名程度(多数の場合抽選) **申込締切日** 4月10日(金)~23日(木)  
**申込方法** 往復はがき 〈往信面〉〒住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、元号生年月日、電話番号、経験者はその有無と受有段級段位を記載。  
 〈返信面〉宛名面:申込者の住所、氏名を記載 文面:白紙



お申込み・お問合せ **京都市弓道協会 事務局(担当:秋元)** 〒612-0052 京都市伏見区深草墨染町10-30 Mail: oddangel.arrow@gmail.com (事務局:江川)

## 第10回 京都スポーツ写真コンクール

京都市スポーツ協会では、「みるスポーツ」の楽しさを伝え、スポーツにおける一瞬の感動を多くの人と共有することで、身近なスポーツへの関心を高めていただくことを目的に『スポーツ写真コンクール』を毎年開催しております。  
 ご応募いただいた180点の作品の中から、入選作品及び受賞者が決定されました。  
 入選作品は4月上旬にホームページに掲載いたします。



京都市長賞「空中戦」大嶋加津也



京都市スポーツ協会 会長賞「俺が決めるッ!」熱田徹

## 受賞者発表

賞名	受賞者	画題
京都市長賞	大嶋 加津也	空中戦
京都市スポーツ協会 会長賞	熱田 徹	俺が決めるッ!
京都市教育長賞	小和泉 春男	突きの一刃
京都市体育振興会連合会 会長賞	水谷 敏彦	勝利への跳躍
京都新聞賞	西 正幸	若き勇者
KBS京都賞	林田 淳吾	ゴールテープは俺が切る!
朝日新聞社賞	河野 貴	緊張の一瞬!
エフエム京都賞	桂 伸也	やったー!
京都サンガF.C.賞	徳本 晃一	攻守
京都ハンナリーズ賞	近藤 美佳	みんなのスポーツフェスタでシュート!
京都フローラ賞	三宅 憲二	タッチ!アウト!
ミスノ賞	齋藤 由香	仲間~みんなで繋いだリレーマラソン~
J:COM 京都みやびじょん賞	山下 文行	平安神宮前でバスケット
京都市スポーツ協会特別賞	阿武 優佑	集中
	今西 唯夫	激(げき)
	岡本 聖	ラストスパート
	小倉 正紀	ステップ鮮やか
	塩見 芳隆	清流満喫
	田中 雅之	負けるもんか!
	山岸 浩治	逆転優勝

※敬称略

**新型コロナウイルスの影響により、開催中止または、日程変更される大会がございますので、予めご了承ください。**

## ハンナリーズアリーナ

〒615-0864 京都市右京区西京極新明町1

日	時間	大会内容
4日(土)	18:05ティップオフ	<b>有料</b> B1リーグ 京都ハンナリーズ vs 島根スサノオマジック
5日(日)	14:05ティップオフ	<b>有料</b> B1リーグ 京都ハンナリーズ vs 名古屋ダイヤモンドドルフィンズ
8日(水)	19:05ティップオフ	<b>有料</b> B1リーグ 京都ハンナリーズ vs 滋賀レイクスターズ
15日(水)	19:05ティップオフ	<b>有料</b> B1リーグ 京都ハンナリーズ vs 滋賀レイクスターズ
18日(土)	8:00~17:00	右京区親睦ソフトバレーボール大会 春の交流大会(右京区体育振興会連合会)
19日(日)	8:00~17:00	京都府バスケットボール協会U12リーグ(京都バスケットボール協会)
25日(土)	18:05ティップオフ	<b>有料</b> B1リーグ 京都ハンナリーズ vs レバンガ北海道
26日(日)	14:05ティップオフ	<b>有料</b> B1リーグ 京都ハンナリーズ vs レバンガ北海道
29日(水・祝)、30日(木)	8:00~22:00	全日本剣道連盟 六・七・八段審査会(京都府剣道連盟)

## たけびしスタジアム京都 (陸上競技場兼球技場)・補助競技場

主…陸上競技場兼球技場 補…補助競技場

※たけびしスタジアム京都は、2021年2月中旬まで工事の為、共用停止とさせていただきます。

〒615-0864 京都市右京区西京極新明町29

日	時間	場所	大会内容
5日(日)、12日(日)、26日(日)	9:00~17:00	補	京都フットボールリーグ(京都府サッカー協会)
19日(日)	8:00~17:00	補	女子春季大会(京都府ラグビーフットボール協会)
29日(水・祝)	9:00~17:00	補	2020年度 第98回 関西学生サッカーリーグ(京都府サッカー協会)

### 補助競技場 一般開放日 7:00~21:00

利用料金/一般(高校生以上)200円 中学生以下100円

1日(水)~4日(土)、6日(月)、7日(火)、  
9日(木)~11日(土)、13日(月)~18日(土)、  
20日(月)~23日(木)、27日(月)、28日(火)、30日(木)

●芝生養生の為、一部立ち入り禁止部分があります。ご了承くださいませようお願いします。



陸上競技場兼球技場内のスタジオで、卓球のフリー利用や、各種レッスンを実施しています  
お問合せ/TEL:075-315-4583

4月休講日

29日(水・祝)

開館時間/ (月・火) 10:00~18:00 (水・金) 10:00~21:00 (木) 10:00~20:00

## わかさスタジアム京都

〒615-0864 京都市右京区西京極新明町29

日	時間	大会内容
2日(木)、3日(金)	7:00~17:00	令和2年度 京滋大学野球連盟 春季リーグ戦(京滋大学野球連盟)
4日(土)、5日(日)	—	<b>有料</b> 令和2年度 関西学生野球連盟 春季リーグ戦(関西学生野球連盟) 第1試合 10:30~ 第2試合 13:00~
9日(木)、10日(金)	—	関西六大学準硬式野球 春季リーグ戦(関西六大学準硬式野球連盟) 第1試合 9:00~ 第2試合 11:00~ 第3試合 14:00~
18日(土)、19日(日)	8:00~17:00	<b>有料</b> 関西六大学野球連盟 春季リーグ戦(関西六大学野球連盟)
23日(木)	18:00プレイボール	<b>有料</b> 日本女子プロ野球リーグ 公式戦 京都フローラ vs 愛知ティオーネ
25日(土)~29日(水・祝)	7:00~17:00	<b>有料</b> 第71回JABA京都大会(京都府野球連盟)

## 京都アクアリーナ

主…メインプール 補…サブプール 弓…アーチェリー

〒615-0846 京都市右京区西京極徳大寺団子田町64番地

日	時間	場所	大会内容
11日(土)~12日(日)	9:00~19:00	補	第27回関西学生春季短水路公認記録会 (日本水泳連盟学生委員会関西支部)
19日(日)	9:00~19:00	補	京都春季選手権水泳競技大会 (京都水泳協会)

# 2020年4月大会情報

新型コロナウイルスの影響により、開催中止または、日程変更される大会がございますので、予めご了承ください。

## 宝が池公園球技場

〒606-0923 京都市左京区松ヶ崎東池ノ内町

日	時間	大会内容
4日(土)	8:00~17:00	高円宮杯 JFA U-15サッカーリーグ2020関西サンライズリーグ(京都府サッカー協会)
11日(土)	8:00~17:00	セレマカップ 第53回京都少年サッカー選手権大会 JFA U-12サッカーリーグ2020(京都府サッカー協会)
12日(日)	8:00~17:00	高円宮杯 JFA U-18サッカーリーグ2020京都(京都府サッカー協会)
18日(土)	8:00~17:00	高円宮杯 JFA U-15サッカーリーグ2020関西サンライズリーグ(京都府サッカー協会)
19日(日)	9:00~17:00	JFA U-15女子サッカーリーグ2020関西(京都府サッカー協会)
24日(金)	8:00~18:00	京都府高等学校総合体育大会(京都府ラグビーフットボール協会)
25日(土)	8:00~17:00	2020 関西サッカーリーグ(京都府サッカー協会)
26日(日)	8:00~17:00	2020年度関西学生春季トーナメント(日本ラグロス協会)
29日(水・祝)	9:00~17:00	京都フットボールリーグ2020(京都府サッカー協会)

## 京都市武道センター

主…主競技場 補…補助競技場 武…旧武徳殿 弓…弓道場 相…相撲場

〒606-8323 京都市左京区聖護院円頓美町46-2

日	時間	場所	大会内容
5日(日)	9:00~17:00	弓	国体少年の部 近的記録会(京都府高等学校体育連盟 弓道専門部)
9日(木)	9:00~21:00	主補	管内矯正職員柔道大会(京都府柔道連盟)
10日(金)	9:00~17:00		
11日(土)	9:00~17:00	主	国体一次選考会(京都府柔道連盟)
	9:00~12:00	武	令和2年度 段・級 審査会(京都なぎなた連盟)
12日(日)	9:00~12:00	主	全日本都道府県女子剣道大会 予選会(京都府剣道連盟)
	13:00~17:00		京都府高齢者剣道大会(京都府剣道連盟)
	9:00~17:00	弓	女子弓道大会(京都府弓道連盟)
18日(土)	9:00~17:00	武	女性フェスティバル春のなぎなた大会(京都なぎなた連盟)
19日(日)	9:00~17:00	主	第47回陰陽流全国武道大会(京都市空手道連盟)
	9:00~17:00	補	ねんりんピック京都代表選考会(京都市武術太極拳協会)
	9:00~17:00	武	第23回少年少女太道錬成大会(日本太道連盟奥旨塾)
	9:00~17:00	弓	第19回京都市民総合体育大会(弓道の部) 兼 京都市代表選手選考会(都市間・福祉祭)(京都市弓道協会)
26日(日)	9:00~17:00	弓	春季高等学校弓道大会(京都府高等学校体育連盟 弓道専門部)
29日(水・祝)	9:00~17:00	主補武	創立125周年記念 第6回世界武徳祭及び第58回全国武徳祭(大日本武徳会)
30日(木)	9:00~17:00	主武	国際部錬成大会(大日本武徳会)

## 横大路体育館

〒612-8263 京都市伏見区横大路下ノ坪1

日	時間	大会内容
5日(日)	9:00~21:00	女性スポーツフェスティバル(京都府バスケットボール協会)
12日(日)	9:00~21:00	
18日(土)	9:00~17:00	
26日(日)	9:00~21:00	
19日(日)	8:00~21:00	第4回京都ジュニア空手道リアルチャンピオンシップ選抜大会(空手道 一拳会)
29日(水・祝)	9:00~21:00	天皇杯全日本選手権大会 京都府社会人代表予選(京都府バスケットボール協会)

## 施設一般開放 4月度 申込不要!!当日施設の受付窓口へお越しください。

施設	ハンナリースアリーナ	横大路体育館	京都市武道センター	吉祥院公園 球技場
種目	バドミントン(1/3面)、卓球(1/3面)	バスケットボール(全面)	バドミントン(半面)	グラウンドゴルフ
日程	16日(木)	27日(月)	16日(木)	6日(月)、9日(木)、13日(月)、16日(木)、20日(月)、23日(木)、27日(月)、30日(木)
時間	13:00~17:00	18:00~21:00	13:00~17:00	9:00~12:00(最終受付11:00)
料金	大人(高校生以上)200円 こども(小・中学生)100円			大人(高校生以上)500円 こども(小・中学生)200円
持ち物	体育館シューズ、バドミントン(ラケット、シャトル)、卓球(ラケット、球)	体育館シューズ、バスケットボール	体育館シューズ、バドミントン(ラケット、シャトル)	クラブ、ボール、マーカー(レンタルは520円/1セット)
注意事項	・準備されているのは、コート、ゴール(バスケット) ネット(バドミントン) 卓球台(卓球)のみとなります。各自競技用具はお持ちください。・体育館シューズがなければ利用をお断りします。・ごみは必ずお持ち帰りください。			雨天の場合は中止になることがあります。

2020  
4

# ミス/スクールピックアップ!!

西京極総合運動公園

## 苦手克服! 鉄棒教室

4月18日(土)

時間 ① 幼児(4歳~) 9:15~10:45  
② 小学生 11:00~12:30

場所 ハンナリーズアリーナ2F多目的室

参加費 1,100円(税込) 定員 各14名

お申込み・お問合せ: 市民スポーツ会館 TEL: 075-315-3741



申込開始  
4月1日  
9:00~

横大路運動公園

## バドミントン教室

初心者、未経験者大歓迎!  
講師が丁寧に優しくサポート致します

4月9日・16日・23日(木) 19:00~21:00

場所 横大路運動公園体育館

対象 小学1年生~中学3年生 定員 24名(先着)

参加費 月謝 4,020円(月3回)

体験料 1,100円 1人1回のみ※体験は必ずご予約下さい。

お申込み・お問合せ: 横大路運動公園 TEL: 075-611-9796



宝が池公園運動施設

## ヨガ教室!

はじめての方でも無理なく続けていただける、優しいヨガです。

① 10:00~11:15 ② 11:30~12:45

月曜クラス: 4月13日、20日、27日

金曜クラス: 4月10日、17日、24日

場所 宝が池公園テニスハウス2階多目的スタジオ

対象 18歳以上 参加費 体験 550円(1人1回のみ)

持ち物 ヨガマット(なければ大きめのタオル)、  
飲み物、運動できる服装

定員 各クラス20名(先着)



お申込み・お問合せ: 宝が池公園運動施設 TEL: 075-712-3300

医療法人 同仁会(社団)  
京都九条病院  
<http://www.dojinkai.com>



スポーツ選手を応援!  
西京極での宿泊・合宿に

エステイト東久 西京極  
TEL: 075-323-2111  
<https://www.estatetokyu.com/>

学校法人 大和学園



2018年4月太秦キャンパス開設



田中セツ子  
京都結婚塾

TEL: 075-681-7575  
<http://www.tanakasetsuko.com>

公益社団法人  
京都府鍼灸マッサージ師会  
TEL: 075-803-6078  
<https://ksmk.jp>



ERP下鴨南治療院  
接骨・鍼灸

コンタクトレンズで部活生の視力をサポート!  
部活のミカタ  
部活応援学割  
アイケアコンタクト四条  
<https://www.eyecare-d.jp>

マンションの総合管理

Global  
Community

Daiwa House Group®

京都の中心地で九十年の歴史を誇る弓道場

審正館

<http://shinseikan.main.jp>



スポーツクリ



スポーツは育てることができる。

スポーツクリ(TOTO・BIG)の収益は、日本のスポーツを育てるために使われています。

## 公益財団法人 京都市スポーツ協会 賛助会員募集中

京都のスポーツを応援していただける団体・法人、個人のみなさまを随時募集中。年会費は京都のスポーツ振興を目的とした事業に使用いたします。

特典あり!

法人・団体/10 個人/10  
会費 10,000円から 5,000円から

申込・問合せ (公財) 京都市スポーツ協会賛助会員担当

TEL: 075-315-4561



## 西京極総合運動公園へは公共交通機関を利用すると便利です!!

●電車  
地下鉄「四条」駅下車、阪急電鉄「烏丸」駅乗換  
→「西京極」駅下車すぐ

●市バス  
京都駅から市バス73系統  
地下鉄東西線「太秦天神川」駅から市バス80系統  
地下鉄烏丸線「四条」駅から市バス32系統  
京阪「祇園四条」駅から市バス80系統  
→「西京極運動公園前」下車すぐ  
地下鉄東西線「太秦天神川」駅から市バス84系統  
地下鉄東西線「西大路御池」駅から市バス特27系統  
京都駅八条口から市バス84系統  
→「西京極駅前」下車すぐ

さあ  
でかけよう!

●京都市交通局ホームページ <http://www.city.kyoto.lg.jp/kotsu>



この印刷物が不要になれば、「雑がみ」として古紙回収へ!



facebook 更新中!

いいね!

京都市スポーツ協会

検索