

ダッシュ!

2020.6
vol.177

注意

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、開催中止または、日程変更される場合がございます。予めご了承ください。



概ね30歳以上なら誰でも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

ゲートボール 体験会

- 日時** 7月4日(土) 9:00~15:30 **場所** 西京極補助競技場
- 定員** 50名(先着) **参加対象** 30歳以上(子ども同伴可) **申込締切日** 6月20日(土)
- 内容** 30歳以上の初心者に向けての実技指導、午後から試合形式体験会
- 持ち物** 運動のできる服装・ゴム底のくつ **申込方法** 電話・FAX
- 申込記載事項** 住所・氏名(ふりがな) 年齢・性別・電話番号・FAX



参加費 無料

お申込み・お問合せ **京都市ゲートボール連合(担当:石倉)** tel:090-7368-0744 fax:075-882-3495

第19回 京都市民総合体育大会

陸上競技の部



- 日程** 9月13日(日) **集合時間** 9:00
- 競技開始** 9:30~17:00 **参加料** 500円
- 場所** 補助競技場(西京極総合運動公園内)
- 参加対象** 京都市内に在住か、在勤・在学の18歳以上
- 内容** 一般男子・成年男子・成年女子
・マスターズ男子・マスターズ女子
(100m・3,000m・砲丸投・走幅跳)
- 申込締切** 8月17日(月) **申込方法** 郵送
- 申込必要事項** A4用紙に、種目・性別・生年月日・年齢・住所・氏名・電話番号を記入して、封筒で申込み。
住所・氏名を明記した返信用封筒(84円切手を貼付・長形3号)を必ず同封。

お申込みお問合せ **京都陸上競技協会(担当:高木)**
〒615-0872 京都市右京区西京極南衣手町57-2
TEL:075-322-5500 FAX:075-322-5501
(問い合わせ平日10:00~16:00)

☆スポーツ教室 参加者募集☆

日曜日全4回 夏のアーチェリー教室

- 初めての方でも4回で安全に打てるように指導します。
- 日程** 6月21日、28日、7月5日、12日
- 時間** 10:00~12:00
- 場所** 京都アクアリーナ アーチェリー場
- 参加対象** 京都府内在住の中学生以上~70歳まで
※中学生は保護者同伴
- 持ち物** 運動できる服装、帽子
- 定員** 24名
- 参加料** 5,000円 **申込方法** メール
- 申込締切** 6月13日(土)
- 申込必要事項** 氏名(ふりがな)、年齢、性別、TEL、利き手
※メールの件名は「アーチェリー教室」と入力してください。



お申込み・お問合せ **京都市アーチェリー協会(担当:横山)**
FAX:075-922-2316 Mail:kyotoacaso@gmail.com

注意

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、開催中止または、日程変更される大会がございます。予めご了承ください。



今月の大会情報

補助競技場 (西京極総合運動公園内)

〒615-0864 京都市右京区西京極新明町29

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(月)~5日(金)、9日(火)~12日(金)、15日(月)~19日(金)、22日(月)~24日(水)、26日(金)、29日(月)、30日(火) ●芝養生の為、一部立ち入り禁止部分があります。ご了承いただきますようお願い致します。

※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。

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
28日(日)	8:00~17:00	京都市スポーツ少年団バレーボール本部長杯(夏季)(京都市スポーツ少年団)

京都アクアリーナ

〒615-0846 京都市右京区西京極徳大寺団子田町64番地
国…メインプール 弓…アーチェリー

日	時間	場所	大会内容
13日(土)~14日(日)	9:00~18:00	国	京都選手権水泳競技大会 競泳(京都水泳協会)
14日(日)	9:00~17:00	弓	第30回京都市長杯アーチェリー競技兼京都市民総合体育大会アーチェリー競技(京都市アーチェリー協会)
27日(土)~28日(日)	9:00~17:00	国	第88回京都府高等学校選手権水泳競技大会(高体連)

京都市武道センター

〒606-8323 京都市左京区聖護院円頓美町46-2
国…主競技場

日	時間	場所	大会内容
20日(土)	9:00~17:00	国	第75回国民体育大会なぎなた競技会 京都府予選会(京都市なぎなた連盟)

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
28日(日)	9:00~21:00	前期団体リーグ戦(みなづき)バドミントン大会(新日本スポーツ連盟 京都バドミントン協議会)

6月度施設一般開放「みんなのスポーツ広場」

申込不要!!小学生以上ならどなたでも参加できます!!
 当日施設の受付窓口へお越しください!!

施設	ハンナリーズアリーナ TEL:075-315-3741	横大路体育館 TEL:075-611-9796	京都市武道センター TEL:075-751-1255	吉祥院公園 球技場 TEL:075-691-2814
種目	バドミントン(2/3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	26日(金)	29日(月)	25日(木)	1日(月)、4日(木)、8日(月)、11日(木)、15日(月)、18日(木)、22日(月)、25日(木)、29日(月)
時間	9:00~12:00	18:00~21:00	9:00~12:00	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			
持ち物	体育館シューズ、ラケット、シャトル	体育館シューズ、バスケットボール	体育館シューズ、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	<ul style="list-style-type: none"> 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)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。

注意

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、開催中止または、日程変更される場合がございます。予めご了承ください。

7月~
9月度

地域体育館スポーツ教室 受講者募集!!



(体験や1回ずつの参加もできます!) ※受講対象16歳以上

東山地域体育館 [申込・問合せ] 075-532-0474

火曜日 初心者~中級者
ハワイアンフラ 申込はこちら

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に楽しんでいただけます。

時間 9:30~10:30 (約60分)
定員 30名 受講料 8,950円/10回
体験料 1,100円/1回

日程
7月 7日・14日・21日・28日
8月 4日・11日・18日
9月 1日・8日・15日



水曜日 初心者
やさしいヨーガ 申込はこちら

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。

時間 9:00~10:00 (約60分)
定員 30名 受講料 8,800円/12回
体験料 1,100円/1回

日程
7月 1日・8日・15日・22日・29日
8月 5日・19日・26日
9月 2日・9日・16日・23日



木曜日 初心者
健康ストレッチ 申込はこちら

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。

時間 9:30~10:50 (約80分)
定員 40名 受講料 9,220円/11回
体験料 1,260円/1回

日程
7月 2日・9日・16日・30日
8月 6日・20日・27日
9月 3日・10日・17日・24日



木曜日 初心者~中級者
骨盤体操 申込はこちら

ヨー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。

時間 19:10~20:30 (約80分)
定員 30名 受講料 9,220円/11回
体験料 1,260円/1回

日程
7月 2日・9日・16日・30日
8月 6日・20日・27日
9月 3日・10日・17日・24日




金曜日 初心者~中級者
かんたんピラティス 申込はこちら

身体の歪み矯正、体幹を鍛え筋力アップを目指します。

時間 9:00~10:00 (約60分)
定員 30名 受講料 8,060円/11回
体験料 1,100円/1回

日程
7月 3日・10日・17日・31日
8月 7日・21日・28日
9月 4日・11日・18日・25日



金曜日 初心者~中級者
リラックスヨーガ 申込はこちら

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。

時間 10:00~11:00 (約60分)
定員 40名 受講料 8,060円/11回
体験料 1,100円/1回

日程
7月 3日・10日・17日・31日
8月 7日・21日・28日
9月 4日・11日・18日・25日



下京地域体育館 [申込・問合せ] 075-351-7510

金曜日 初心者~中級者
からだほぐしヨガ 申込はこちら

無理なく楽しく身体を動かし血行促進!!
もっと元気に動けるように

時間 10:00~11:00 (約60分) 定員 15名
受講料 8,060円/11回 体験料 1,100円/1回

日程
7月 3日・10日・17日・31日
8月 7日・21日・28日
9月 4日・11日・18日・25日



吉祥院地域体育館 [申込・問合せ] 075-691-1271

水曜日 初心者~中級者
健康ヨガ 申込はこちら

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。

時間 9:30~10:30 (約60分) 定員 15名
受講料 8,800円/12回 体験料 1,100円/1回

日程
7月 1日・8日・15日・22日・29日
8月 5日・19日・26日
9月 2日・9日・16日・30日



京都ハンナリーズ バasketボールスクール受講者募集!!

6月4日・11日・18日・25日 木曜日17:15~18:35

場 所：吉祥院地域体育館 【申込・問合せ】 TEL：075-691-1271

定 員：20名 対 象：小学3年生~6年生

受講料：7,000円/月 ※1回体験 1,100円

入会金：3,000円

(Tシャツ・ホームゲームチケット1枚付き)



注意 新型コロナウイルス感染拡大防止のため、開催中止または、日程変更される場合がございます。予めご了承ください。

2020年6月 ミズノスポーツ教室

西京極総合運動公園

初心者の方でも簡単にできるストレッチです。
日常生活に運動を取り入れましょう。

簡単ストレッチ教室 無料体験

6月1日・8日・15日・22日(月)
11:00~12:00

場所 ハンナリーズアリーナ2F
多目的スタジオ

対象 16歳以上

参加費 体験無料(1人1回のみ)

持ち物 タオル、飲み物、
運動できる服装

定員 20名(先着)



お申込み
お問合せ 市民スポーツ会館
TEL:075-315-3741

横大路運動公園

とび箱がはじめてのお友達と一緒にチャレンジしよう!

苦手克服! マット・とび箱教室

6月20日(土)

①9:15~10:30 ②11:00~12:15

場所 横大路運動公園体育館
トレーニングルーム

対象 ①4歳~年長
②小学1~3年生

参加費 1,400円(税込)
※トレーニングルーム入場料込み

持ち物 室内シューズ、タオル、飲み物
運動できる服装

定員 各20名(先着)

予約受付開始 6月1日(月)9:00~

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

初心者から経験者まで楽しめる教室です
簡単エアロ&ストレッチ教室
無料体験

6月1日・8日・15日・22日(月)
13:00~14:00

場所 宝が池公園テニスハウス2F
多目的スタジオ

対象 16歳以上

参加費 体験無料
(1人1回のみ)

持ち物 室内シューズ、
タオル、飲み物、
運動できる服装

定員 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

ESTATE TOKYU
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KLI
Loto BIG
スポーツは育てることができる。
スポーツKLI(Loto・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 賛助会員募集中

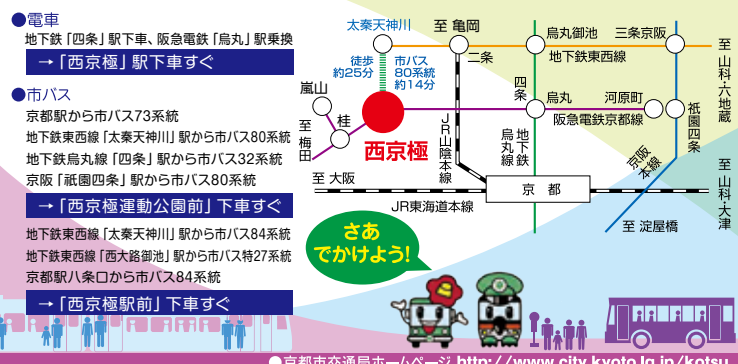
京都のスポーツを応援していただける団体・法人、個人のみなさまを
随時募集中。年会費は京都のスポーツ振興を目的とした事業に使用
いたします。

会費 法人・団体/10 個人/10
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!!



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