

ダッシュ!

2020.11
vol.182

スポーツCL
BIG
スポーツ振興くじ助成事業

参加
無料!!

第17回 みんなのスポーツフェスタ

園路
当日参加できるブースあります!!
(※弓道・BMX教室は申込終了しました)

阪急西京極駅

市民スポーツ会館
(フェンシング教室・スクエアリッチ体験会は申込終了しました)

補助競技場

当日参加できるブースあります!!
(※走り方教室は申込終了しました)

ハンナリースアリーナ
(テニス・親子バドミントン教室は申込終了しました)

※今年度は規模縮小のためキッチンカーやステージ、スタンプラリー、幼児用遊具の実施しません。

日時 **2020年11月7日(土)** 10:00~14:00 (小雨決行)

場所 **西京極総合運動公園一帯**
(京都市右京区西京極新明町1)

持ち物 **マスク、動きやすい服装**

※当日は、園内の検温所にて、検温および「体調についての確認事項」をご提出された方のみ体験いただけます。マスク着用でお越しください。

【主催】公益財団法人京都市スポーツ協会 (京都スポーツネットワーク) 【共催】京都市

当日参加できるブース

園路

- 太極拳 ● ペタンク
- 京都サンガ F.C. (キックターゲット)
- 京都ハンナリーズ (フリースロー)
- 京都フローラ (ストラックアウト)

補助競技場

- ゲートボール ● フライングディスク
- ドキスポ! 〜ドキドキ心拍数で遊ぼう〜

※事前申込の教室については申込終了しました。

アンケートに答えて
応募しよう!!

エコブース

当日先着
200名

落ち葉の堆肥の
配布をします



※抽選の上、当選者には発送をもって代えさせていただきます。



2020年度スポーツ講座

～日本の武道にふれる～

弓道講座

スポーツCL
BIG
スポーツ振興くじ助成事業

日時 **2020年11月28日(土)** 10:00~12:00

会場 **京都市武道センター 弓道場**
(京都市左京区聖護院円頓美町46-2)

講師 **赤松 弘次郎氏** (京都市弓道協会 会長)

参加費 **無料** 参加対象 **一般 (中学生以上)**

定員 **20名** (応募者多数の場合抽選)

持ち物 **靴下、マスク着用、筆記用具**

内容

- 講義 (弓道について)
- 競技者による実演
- 質疑応答

申込締切 **11月15日(日) 必着**

申込方法 **①ホームページ申込みフォーム**

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



お問合せ **公益財団法人京都市スポーツ協会**
〒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

会場地図



スポーツCL
BIG
スポーツ振興くじ助成事業

スポーツCL
BIG
スポーツ振興くじ助成事業

「11月の大会情報」につきましては、掲載を控えております。



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

「ワールドマスタースゲームズ2021関西」体験会

参加費
無料

ゲートボール体験会

日 時	11月22日 (日) 9:00~15:30
会 場	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)
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
申込締切日	11月13日 (金)
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



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

スカッシュ体験会

日 時	11月22日 (日) ①10:00 ②13:00
会 場	京都テルサフィットネスクラブ
定 員	①②各18名 (先着)
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	プロコーチによる未経験者対象の体験会や初心者対象の試合形式含む実践体験等
申込締切日	11月13日 (金)
持ち物	運動できる服装、テニス用他室内シューズ (ノンマーキング)
申込方法	FAX・メール
申込記載事項	氏名 (ふりがな)・年齢・性別・電話番号・FAXまたはメールアドレス



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)
〒662-0836 兵庫県西宮市大畑町7-36-201 (有) ポースト内
Mail: info@squash-k.org TEL/FAX: 0798-63-6176

新型コロナウイルス拡大防止のため、開催中止または、日程、会場変更される場合がございます。

京都アクアリーナスケートリンクオープン!

11/2 (月)
OPEN!



○●○ スケートリンク利用料 ○●○

一般 (16歳以上)	1,670円	※手袋を必ずご持参下さい。
小中学生	830円	※貸靴をご利用される場合は 貸靴料金 別途1足450円 (15cm~32cm)
幼 児	無 料	
※保護者同伴に限る。		
※大会等の開催により一般利用できない場合がありますので、一度お問合せ下さい。		

お問合せ: 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
TEL: 075-315-4800 (営業時間 9:00~21:00 火曜日休館)
H P: <http://www.kyoto-aquarena.com/>



京都ハンナリーズ大会日程

B1リーグ

京都ハンナリーズ vs 広島ドラゴンフライズ

日 時 11月11日 (水) 19:05~ティップオフ

会 場 ハンナリーズアリーナ

京都ハンナリーズ公式サイト <https://hannaryz.jp>

※観戦チケットは有料です。別途販売店等でお買い求めください。



地域体育館スポーツ教室 まずは体験してみませんか？ ※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々に楽しんでいただけます。

時間 9:30～10:30 (約60分) 講師 岡本
定員 30名 体験料 1,100円/1回
日程 11月 10日・17日・24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) 講師 進藤
定員 30名 体験料 1,100円/1回
日程 11月 4日・11日・18日・25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) 講師 神田
定員 40名 体験料 1,260円/1回
日程 11月 5日・12日・19日・26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) 講師 進藤
定員 30名 体験料 1,260円/1回
日程 11月 5日・12日・19日・26日

金曜日 初心者～中級者
体幹トレーニング 申込はこちら

深い呼吸を伴った体幹運動により姿勢を良くし、新陳代謝のよい身体づくりを目指します。

時間 9:00～10:00 (約60分) 講師 坂井
定員 30名 体験料 1,100円/1回
日程 11月 6日・13日・20日・27日

金曜日 初心者～中級者
リラックソガ 申込はこちら

呼吸と内観から自分とつながり、ポーズをとることで心と身体の調整をします。

時間 10:00～11:00 (約60分) 講師 坂井
定員 40名 体験料 1,100円/1回
日程 11月 6日・13日・20日・27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)
講師 嶋崎 定員 15名
体験料 1,100円/1回
日程 11月 6日・13日・20日・27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)
講師 上田 定員 15名
体験料 1,100円/1回
日程 11月 4日・11日・18日・25日

京都ハンナリーズ バスケットボールスクール 受講者募集!!

11月5日・12日・19日・26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 (初回のみ)
入会金: 3,000円
(Tシャツ・ホームゲームチケット1枚付き)

受講の皆様へ (新型コロナウイルス感染拡大防止についてご協力をお願い)

- ・受講当日の体調の確認のため、「スポーツ施設利用に係る確認事項」を書面でご提出をいただきますので、ご了承ください。(氏名、連絡先、当日の体温、受講前2週間の体調の状況など)
 - ・利用前後のこまめな手洗い、アルコール等による手指消毒、咳エチケットなど、適切な感染予防対策をお願いします。
 - ・当日はマスクを着用で受講してください。(着用がないと受講できません)
 - ・スポーツ用具については、使用前、使用後に各自で消毒をお願いします。(消毒液とペーパータオルを準備しています。)
- その他、感染防止のため、施設管理者が決めたその他の措置の遵守など、施設管理者および講師の指示に従ってください。

11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	吉祥院公園 球技場 TEL:075-691-2814
種 目	バドミントン (全面)		グラウンド・ゴルフ
日 程	くわしくはホームページをご覧ください。		2日(月)、5日(木)、9日(月)、12日(木)、16日(月)、19日(木)、26日(木)、30日(月)
時 間	9:00～12:00 (最終受付11:00)		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、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、ネットのみとなります。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。 ・こまめに水分補給を行ってください。 新型コロナウイルス感染拡大防止についてご協力をお願い ・受講当日の体調の確認のため、「スポーツ施設利用に係る確認事項」を書面でご提出をいただきますので、ご了承ください。(氏名、連絡先、当日の体温、受講前2週間の体調の状況など) ・混雑時は密を避けるため入場規制をする場合があります。 ・マスク着用のご協力をお願いいたします。		

11月 補助競技場 (西京極総合運動公園内) 一般開放日 8:00～21:00 利用料金/一般 (高校生以上) 200円 中学生以下100円

11日(水)、16日(月)、17日(火)、24日(火)、25日(水)、27日(金)

●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願ひ致します。

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。

ミズノスポーツ教室

西京極総合運動公園

フットサル個人交遊会

11月14日(土) 19:00~21:00

場 所 ハンナリーズアリーナ

対 象 16歳以上 参加費 2,000円(税込)

持ち物 フットサルシューズ
(トレーニングシューズ不可)・マスク

定 員 40名(予約制・先着順)



初めての方でもご参加していただけます。楽しく体を動かしましょう!

モダンダンス

11月8日(日) 10:30~12:00

場 所 ハンナリーズアリーナ2階多目的スタジオ

対 象 16歳以上

持ち物 運動できる服装、タオル、マスク

参加費 一般1,650円(税込)、教室生1,100円(税込)

定 員 12名(予約制・先着順) ※裸足またはバレエシューズ着用



お申込み
お問合せ 市民スポーツ会館 TEL:075-315-3741

宝が池公園運動施設

普段運動をされていない方も、安心してご受講していただける内容になります。

やさしい姿勢作り教室&簡単ヨガ教室

11月23日(月・祝) ①やさしい姿勢作り10:10~11:10
②簡単ヨガ 11:30~12:30

場 所 宝が池公園テニス事務所2F多目的スタジオ

対 象 16歳以上 参加費 各教室 1,100円(税込)

※①、②両教室ご受講の方は1,650円(税込)

持ち物 ヨガマット(なければ大きめのタオル)、タオル、マスク

定 員 各15名(予約制・先着順) 受付 11月2日(月) 9時~

お申込み
お問合せ 宝が池公園運動施設 TEL:075-712-3300

横大路運動公園

マット・とび箱が苦手なお子さまを対象とした内容です。

苦手克服! マット・とび箱教室

11月14日(土) ① 9:15~10:30 ② 11:00~12:15

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

持ち物 室内シューズ、タオル、飲み物、運動できる服装

参加費 1,400円(税込) ※トレーニングルーム入場料込み

定 員 各クラス16名(予約制・先着順) 受付 11月1日(日) 10時~

お申込み
お問合せ 横大路運動公園 TEL:075-611-9796

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

学校法人 たいわ 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-c.jp>

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>



健康と快適の明日を考える
ワタキュー セイモア株式会社

スポーツくら



スポーツは育てることができる。

スポーツくら(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

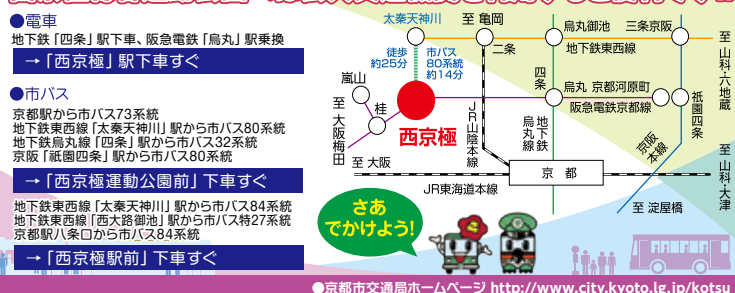
京都のスポーツを応援していただける団体・法人、個人のみなさまを随時募集中。年会費は京都のスポーツ振興を目的とした事業に使用いたします。

会 費 法人・団体/10 個人/10
10,000円から 5,000円から
(公財)京都市スポーツ協会賛助会員担当

申込・問合せ 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!!



●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