

2022年度 スポーツ講座



スポーツ/栄養講座

～運動パフォーマンスを効果的に引き出す食事～
食事の仕方によって運動パフォーマンスはどのように影響を受けるのか

日時 **8月2日(火) 18:30～20:00**

場所 **京都市市民スポーツ会館**
(京都市右京区西京極新明町32)

講師 **武田 哲子氏**
(びわこ成蹊スポーツ大学准教授)

日本セーリング連盟管理栄養士として
2012年ロンドン五輪、2016年リオデ
ジャネイロ五輪、2020年東京五輪大
会に帯同



対象者 **競技者、一般(16歳以上)**

定員 **50名(応募者多数の場合抽選)**

持ち物 **室内シューズ、筆記用具、マスク着用でお越しください**

申込締切 **7月18日(月・祝) 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、電話番号、
競技種目、本講座をどこで知ったかを明記

参加料
無料



お申込み
お問合せ **公益財団法人京都市スポーツ協会(平日8:30～17:00)**
〒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

【新型コロナウイルス感染拡大防止のお願い】マスクの着用、消毒、「体調についての確認事項」の提出にご協力をお願いします。

第21回 京都市民総合体育大会

陸上競技

日程 8月28日(日) **競技開始** 10:00~17:00
場所 たけびしスタジアム京都(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
 マスターズの部:50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)
参加料 500円 **申込方法** 郵送
申込期間 7月4日(月)~7月31日(日)
申込必要事項 A4用紙に〒住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、
 生年月日、TEL、種目を記入して封筒で申込み。
 (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** **一般財団法人京都陸上競技協会**
 (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

自転車競技



日程 8月21日(日) **集合時間** 7:30~8:30
競技開始 9:00~16:00 **場所** 京都向日町競輪場
参加対象 京都市内に在住か、在勤・在学の9歳以上(小学生は
 保護者同伴)
内容 オムニアム(成年男子・少年男子)、タイムトライアル
 ・ケイリン・スクラッチ(小中学生)
参加料 一般2,000円、高校生1,500円、中学生1,000円、
 小学生500円
申込期間 7月11日(月)~8月8日(月) **申込方法** FAX、郵送
申込必要事項 〒住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、生年月日、
 TEL、FAX

お申込み **京都市自転車競技連盟(担当:上田)**
 〒601-0534 京都市右京区北下町ノ奥15 京都府立北桑田高校内
 TEL:075-854-0022 FAX:075-854-0310
 Mail:flamenco827@kyoto-be.ne.jp

お問合せ **京都市自転車競技連盟**
 〒606-8111 京都市左京区高野泉町11-77 TEL/FAX:075-781-6271

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

日程 7月3日・10日・17日・24日
時間 10:00~12:00(受付9:45)
場所 京都アクアリーナ アーチェリー場
対象 京都市内に在住か、在勤または在学
 中学生以上(中学生は保護者同伴)
 ・健康な方
定員 20名(先着) **料金** 5,000円
持ち物等 帽子、運動のできる服装
 (弓具一式は貸与します)
申込締切日 7月1日(金)
申込方法 FAX・メール
 ※出来る限りメールでお願いします。
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「2022年夏アーチェリー教室」
 と書いてください。
**お申込み
お問合せ** **京都市アーチェリー協会(担当:横山)**
 Mail:kyotoacaso@gmail.com
 FAX:075-922-2316



第17回オーガニズド子どもテニス教室

初心者程度の子も達が初めてのトーナメントをします!
日程 9月3日(土)・4日(日)・11日(日)
時間 10:00~17:00
場所 西院公園テニスコート
対象 6歳~11歳まで(小学生以上)
定員 32名 **料金** 1,000円
持ち物等 テニスウェア、テニスシューズ
申込開始日 7月15日(金)~(先着)
 ※定員に達し次第受付終了。
申込方法 京都市テニス協会HPより申込
申込必要事項 〒住所、氏名(ふりがな)、年齢、
 性別、生年月日、TEL、メール
**お申込み
お問合せ** **京都市テニス協会(担当:國吉・笹原)**
 TEL:075-432-8460
 Mail:kyttenis@maple.ocn.jp
 HP:https://kc-ta.com

マウンテンバイク(マブ)教室

マウンテンバイクを通して、自転車競技の楽しさを知ろう!
日程 7月17日(日)
時間 9:00~12:00
場所 合併記念の森
対象 小学1年生~中学3年生
定員 15名 **料金** 1,500円
持ち物等 運動できる服装、所有の自転車
申込期間 7月1日(金)~7月14日(木)
申込方法 FAX・メール
申込必要事項 〒住所、氏名(ふりがな)、年齢、
 性別、生年月日、TEL、メール
**お申込み
お問合せ** **京都市自転車競技連盟**
 (担当:坂井田)
 TEL/FAX:075-781-6271
 Mail:y_sakachan@yahoo.co.jp



注意:新型コロナウイルス感染拡大防止のため、開催中止になる場合があります。予めご了承ください。

健康づくり! 仲間づくり! ウオーキング!!



7/3(日) 宇治緑陰のみちを訪ねて

◆開催地:京都府宇治市
 (当日7時、開催地に気象警報が発表されている場合は中止です)
 ◆集合場所:JR・奈良線 宇治駅 9時30分~10時
 ◆距離:10km
 ◆解散場所:JR・宇治駅 14時頃
 ◆参加費:500円(中学生以下は無料)

コース JR・宇治駅~あじろぎの道~喜撰橋~朝霧橋~宇治上神社~さわらびの道~大吉山展望台~朝日山~東海自然歩道~白虹橋~天ヶ瀬吊り橋~欽流橋~橋寺~お茶の通園~JR・宇治駅

7/14(木) 千利休生誕500年・千利休と二人の天下人

◆開催地:京都府京都市
 (当日7時、開催地に気象警報が発表されている場合は中止です)
 ◆集合場所:JR・嵯峨野線 円町駅 9時30分~10時
 ◆距離:12km
 ◆解散場所:地下鉄・四条駅 14時頃
 ◆参加費:500円(中学生以下は無料)

コース JR・円町駅~北野天満宮(北野の大茶会)~大徳寺(千利休切腹の原因の山門・金毛閣)~今日庵・不審庵~晴明神社(千利休聚楽屋敷跡)~一条京橋(千利休の木像の礎)~柳の水(千利休が好んだ水)~地下鉄・四条駅

7/17(日) 「KWA特別基地」第203回「祇園祭前祭」観賞ウオーグ

◆開催地:京都府京都市
 (当日7時、開催地に気象警報が発表されている場合は中止です)
 ◆集合場所:JR・京都線中央口駅前広場(東側) 8時30分~9時
 ◆距離:10km
 ◆解散場所:JR・京都駅 14時頃
 ◆参加費:300円(中学生以下は無料)

コース JR・京都駅~鴨川河川敷~京都市役所前(祇園祭巡行観賞)~二条通り~JR・京都駅

問い合わせ NPO法人京都府ウオーキング協会 TEL:075-353-6464 (月・水・金 10:00~16:00・祝日休)

7~9月度参加者募集!!

※3か月1クール（日程により回数変更になる場合があります） ※受講対象16歳以上

初心者の方でも
安心して
参加いただけます



東山地域体育館 [申込・問合せ] 075-532-0474

火曜日
9:30~
10:30

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。

ハワイアンフラ 初心者~中級者



講師 岡本 定員 30名
受講料 8,950円/10回
1,100円/1回

日程
7/5・12・19
8/2・9・23・30
9/6・13・20



申込はこちら

水曜日
9:00~
10:00

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。

やさしいヨガ 初心者



講師 進藤 定員 30名
受講料 8,800円/12回
1,100円/1回

日程
7/6・13・20・27
8/3・17・24・31
9/7・14・21・28



申込はこちら

木曜日
9:30~
10:50

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。

健康ストレッチ 初心者



講師 神田 定員 40名
受講料 10,060円/12回
1,260円/1回

日程
7/7・14・21・28
8/4・18・25
9/1・8・15・22・29



申込はこちら

木曜日
19:10~
20:30

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。

骨盤体操 初心者~中級者



講師 進藤 定員 30名
受講料 10,060円/12回
1,260円/1回

日程
7/7・14・21・28
8/4・18・25
9/1・8・15・22・29



申込はこちら

金曜日
9:00~
10:00

深呼吸と体幹トレーニングで本来の姿勢に戻し、筋肉の凝りからくる肩や腰の不調予防をしましょう。

はじめての体幹トレーニング 初心者



講師 坂井 定員 30名
受講料 8,800円/12回
1,100円/1回

日程
7/1・8・15・22
8/5・12・19・26
9/2・9・16・30



申込はこちら

金曜日
10:00~
11:00

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。

リラックスヨガ 初心者~中級者



講師 坂井 定員 30名
受講料 8,800円/12回
1,100円/1回

日程
7/1・8・15・22
8/5・12・19・26
9/2・9・16・30



申込はこちら

下京地域体育館 [申込・問合せ] 075-351-7510

金曜日
10:00~
11:00

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。

からだほぐしヨガ 初心者~中級者



講師 嶋崎 定員 10名
受講料 8,800円/12回
1,100円/1回

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



申込はこちら

金曜日
11:20~
12:00

自重トレーニングと有酸素運動をミックスして無駄なく動き、引き締まった身体をつくりましょう。

引き締めトレーニング 初心者~中級者



講師 嶋崎 定員 9名
受講料 8,800円/12回
1,100円/1回

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



申込はこちら

吉祥院地域体育館

[申込・問合せ] 075-691-1271

水曜日
9:30~
10:30

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。

健康ヨガ 初心者~中級者



講師 上田 定員 15名
受講料 8,800円/12回
1,100円/1回

日程
7/6・13・20
8/3・10・17・24・31
9/7・14・21・28



申込はこちら

伏見北部地域体育館

[申込・問合せ] 075-643-7573

水曜日
11:30~
12:30

運動習慣のない方も安心してご参加頂けるプログラムです。ヨガを通して健康寿命を延ばしましょう。

健康ヨガ 初心者~中級者



講師 荒田 定員 40名
受講料 6,600円/9回
1,100円/1回

日程
7/13・20・27
8/10・17・31
9/14・21・28



申込はこちら

2022年
7月

今月の大会情報

6月13日現在の情報です。新型コロナウイルス感染拡大防止のため、急遽中止や日時の変更、または無観客試合の大会もございますので、予めご了承ください。

京都市体育館

〒615-0864 京都市右京区西京極新明町1

日	時間	大会内容
2日(土)	8:00~17:00	JFA バーモンドカップ 第32回全日本U-12フットサル選手権大会 京都府大会(京都府サッカー協会)
3日(日)	8:00~17:00	西京区民バドミントン・ソフトバレーボール祭(西京区体育振興会連合会)
6日(水)	9:00~17:00	京都市民スポーツクラブ バレーボール交歓会(京都市民スポーツクラブ バレーボール交歓会)
8日(金)	9:00~17:00	京都市私立幼稚園下京・南地区PTA連合会 バレーボール大会(京都市私立幼稚園下京・南地区PTA連合会)
10日(日)	10:00~21:00	天皇杯・皇后杯 全日本バレーボール選手権大会京都府ラウンド(京都府バレーボール協会)
16日(土)	8:00~17:00	京都市スポーツ少年団夏季本部長杯 バレーボール競技(京都市スポーツ少年団)
17日(日)	8:00~17:00	右京区女子バレーボール大会(右京区体育振興会連合会)
18日(月・祝)	8:00~22:00	京都府フットサルリーグ2022(京都府サッカー協会)
21日(木)、22日(金)	8:00~21:00	京都市中学校選手権総合体育大会 バasketボール競技の部(中体連Basketボール競技専門部)
23日(土)、24日(日)	8:00~17:00	京都市中学校選手権総合体育大会 バレーボール競技の部(中体連バレーボール競技専門部)
25日(月)	9:00~17:00	京都府私立中学校高等学校総合体育大会 Basketボール競技(京都府Basketボール協会)
26日(火)	8:00~17:00	京都市小学校部活動全市交流会 卓球の部(個人)(京都市教育委員会)
27日(水)~30日(土)	8:00~21:00	全京都小学生バレーボール大会(京都府バレーボール協会)
31日(日)	8:00~17:00	第40回京都ミニBasketボール少年団選手権大会(京都府ミニBasketボール少年団)

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

〒615-0864 京都市右京区西京極新明町29

日	時間	場所	大会内容
2日(土)	9:00~17:00	補	高円宮杯 JFA U-18 サッカーリーグ2022京都(京都府サッカー協会)
3日(日)	9:00~17:00	主	第51回関西学生サッカー選手権大会 4回戦(京都府サッカー協会)
	9:00~12:00	補	JFAキッズサッカーフェスティバル京都2022 in 西京極(京都府サッカー協会)
9日(土)	9:30~17:00	主補	第39回京都府中学校四種競技大会(中体連陸上競技専門部)
10日(日)	9:00~17:00	主補	第29回京都マスターズ陸上競技選手権大会(京都陸上競技協会)
16日(土)	9:00~21:00	主補	第77回京都陸上競技選手権大会(京都陸上競技協会)
17日(日)	9:00~17:00		
23日(土)	9:00~17:00	主補	第1回京都府高等学校陸上競技記録会(SUMMER GAME2022)
24日(日)	9:00~17:00	主	第100回関西学生サッカーリーグ(京都府サッカー協会)
	8:00~17:00	補	京都FAカップ2022 皇后杯京都府代表決定戦/準決勝(京都府サッカー協会)
26日(火)、27日(水)	10:00~16:00	主補	第75回京都府中学校総合体育大会 陸上競技の部(中体連陸上競技専門部)
29日(金)	9:00~17:00	主補	第2回京都府高等学校陸上競技記録会(SUMMER CHALLENGE2022)
30日(土)	8:00~17:00	主	第75回京都府中学校総合体育大会サッカーの部/準決勝・決勝(京都府サッカー協会)
	8:00~12:00	補	

2022 7 補助競技場(西京極総合運動公園内)一般開放日
 利用料金/一般(高校生以上)200円 中学生以下100円 時間/7:00~21:00
**4日(月)~8日(金)、11日(月)~15日(金)、
 19日(火)~22日(金)、25日(月)**

●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致します。

卓球スタジオ ダッシュ 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
7月休講日 13日(水)、20日(水)、26日(火)、27日(水)、29日(金)

開館時間(月・火)10:00~18:00(水)10:00~12:00、16:30~20:00(木)10:00~20:00(金)10:00~21:00

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
有料 第104回 全国高等学校野球選手権京都大会		
7月9日(土)~27日(水) 予定		
		大会情報はコチラから→ (バーチャル高校野球)

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

日	時間	場所	大会内容
2日(土)、3日(日)	9:00~21:00	補	第73回関西国公立大学選手権水泳競技大会 第59回関西女子国公立大学選手権水泳競技大会(関西学連)
9日(土)	9:00~21:00	主	京都市中学校選手権総合体育大会水泳競技(中体連)
10日(日)	9:00~21:00	補	京都夏季選手権水泳競技大会 兼 全国JOCジュニアオリンピックカップ夏季大会京都府予選(京都水泳協会)
17日(日)	9:00~21:00	補	第21回京都市民総合体育大会水泳競技大会(京都水泳協会)(学童の部、社会人の部)
26日(火)、27日(水)	9:00~21:00	主	京都府中学校水泳競技大会 兼 全国中学校選抜水泳競技大会京都府予選会(中体連)



今月の大会情報

6月13日現在の情報です。新型コロナウイルス感染拡大防止のため、急遽中止や日時の変更、または無観客試合の大会もございますので、予めご了承ください。

宝が池球技場		
日	時間	大会内容
2日(土)、10日(日)	8:00~18:00	高円宮杯 JFA U-18 サッカーリーグ2022京都(京都府サッカー協会)
3日(日)、9日(土)、17日(日)	8:00~17:00	高円宮杯 JFA U-15 サッカーリーグ2022京都(京都府サッカー協会)
16日(土)、23日(土)、24日(日)、30日(土)	8:00~18:00	第28回関西クラブチームラクロスリーグ戦(日本ラクロス協会)
18日(月・祝)	8:00~18:00	関西学生アメリカンフットボール交流会ロータスポウル(関西学生アメリカンフットボール連盟)
31日(日)	9:00~17:00	第57回京都フットボールリーグ2022(京都府サッカー協会)

京都市武道センター			
日	時間	場所	大会内容
2日(土)	9:00~17:00	武	洛東祭2022(金剛禅総本山少林寺洛東道院)
3日(日)	9:00~17:00	武	洛東地区青少年剣道錬成大会(京都府剣道連盟)
10日(日)	9:00~17:00	主補	第77回国民体育大会 近畿ブロック大会 空手道競技会(京都府空手道連盟)
16日(土)	9:00~21:00	弓	近畿地区国立大学体育大会(京都府弓道連盟)
17日(日)	9:00~17:00	弓	近畿地区国立大学体育大会(京都府弓道連盟)
18日(月・祝)	9:00~17:00	主武	第27回全国青少年武徳祭(大日本武徳会)
22日(金)	9:00~21:00	主	京都市中学校選手権総合体育大会 柔道競技の部(中体連柔道競技専門部)
23日(土)	9:00~17:00	主	京都市中学校選手権総合体育大会 柔道競技の部(中体連柔道競技専門部)
23日(土)、24日(日)	9:00~21:00	弓	第75回近畿高等学校弓道大会(京都市教育委員会)
24日(日)、25日(月)	9:00~21:00	主補	京都市中学校選手権総合体育大会 剣道競技の部(中体連剣道競技専門部)
27日(水)	9:00~21:00	主	京都府中学校選手権総合体育大会 柔道競技の部(京都府柔道連盟)
28日(木)	9:00~17:00	主	京都府中学校選手権総合体育大会 柔道競技の部(京都府柔道連盟)
30日(土)	9:00~17:00	主補	京都府中学校総合体育大会 剣道競技の部(京都府剣道連盟)
31日(日)	9:00~17:00	主補	第1回剣道定例段位審査会(京都府剣道連盟)

横大路体育館		
日	時間	大会内容
2日(土)、3日(日)	8:00~21:00	京都府バスケットボール選手権大会(京都府バスケットボール協会)
9日(土)、10日(日)、23日(土)、24日(日)	8:00~21:00	第39回京都ミニバスケットボールサマー大会(京都府バスケットボール協会)
16日(土)、17日(日)	9:00~21:00	第65回近畿高等学校ハンドボール選手権大会(京都市教育委員会)
18日(月・祝)	8:00~21:00	全国社会人9人制バレーボール西ブロック男女優勝大会 京都府予選会(京都府バレーボール協会)
21日(木)、22日(金)	8:00~17:00	京都市中学校選手権総合体育大会 バドミントン競技の部(中体連バドミントン競技専門部)
26日(火)	9:00~17:00	京都府私立中学校高等学校総合体育大会 バスケットボール競技(京都府バスケットボール協会)
30日(土)	9:00~21:00	京都府社会人バスケットボールリーグ戦(京都府バスケットボール協会)
31日(日)	10:00~21:00	日本社会人バスケットボール連盟 近畿地域リーグ(京都府バスケットボール協会)

2022年7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	電話番号	施設名	電話番号	施設名	電話番号	施設名	電話番号
京都市体育館	075-315-3741	横大路体育館	075-611-9796	京都市武道センター	075-751-1255	吉祥院公園 球技場	075-691-2814

種目	開催日	時間	料金
バドミントン	7日(木)	13:00~17:00	大人(高校生以上)200円 小・中学生 100円
バドミントン	25日(月)	13:00~17:00	大人(高校生以上)200円 小・中学生 100円
バドミントン	15日(金)	13:00~17:00	大人(高校生以上)200円 小・中学生 100円
グラウンド・ゴルフ	4日(月)、7日(木)、11日(月) 14日(木)、28日(木)	9:00~12:00	大人(高校生以上)500円 小・中学生 200円

・準備されているのは、コート、ネット、ゴールのみとなります。各自競技用具をお持ちください。
 ・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。・ごまめに水分補給を行ってください。
 ・新型コロナウイルスの影響にともなう社会情勢により、中止または時間変更する場合があります。

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

- ・利用当日の体調確認の為「スポーツ施設利用に係る確認事項」を画面でご提出いただきますのでご了承ください。
- ・混雑時は密を避けるため入場制限をする場合があります。
- ・マスク着用のご協力をお願いします。

ミスノスポーツ教室

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あります。予めご了承ください。

西京極総合運動公園

ランニングクリニック 7月31日(日) 9:00~11:00

場所 たけびしスタジアム京都
対象 フルマラソン完走~タイムアップを目指す18歳以上の方
持ち物 ランニングできる服装・タオル・飲み物・帽子・マスク
定員 50名(先着順) **参加費** 2,000円(税込)
7月1日 10:00~予約受付開始!!
ランニングフォームについてや練習方法など、箱根やニューイヤークレジットを走った講師と実践しながら身に付けていきましょう!当日、ミスノのランニングシューズの試し履き体験も同時実施!(シューズの数に限りがあります)
※会場には革靴、ヒールでは入れませんのでご注意ください。

予約受付中!! 走り方教室

7月18日(月・祝) ① 9:00~10:15 ② 10:45~12:00

場所 たけびしスタジアム京都
対象 ①小学1年生~小学3年生
②小学4年生~小学6年生
参加費 1,500円(税込)
持ち物 運動できる服装・タオル・飲み物・帽子・マスク
定員 各30名(先着順)
速く走るためのコツ・練習方法などを一緒に学びましょう!
※会場には革靴、ヒールでは入れませんのでご注意ください。

**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

苦手克服!とび箱教室! 7月16日(土) ① 9:30~10:45 ② 11:15~12:30

場所 横大路運動公園
2階トレーニングルーム
対象 ①幼児(4歳~年長)
②小学1年生~小学3年生
参加費 1,500円(税込)

持ち物 室内シューズ・タオル・飲み物・マスク

定員 各12名(先着順)

予約受付中!

とび箱が苦手なお子さまを
対象とした教室です。

**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

バドミントン交流戦 7月23日(土) 9:00~17:00

場所 宝が池公園運動施設体育館
対象 16歳以上
参加費 1組4,000円(税込)
持ち物 ラケット・室内シューズ・タオル・飲み物・マスク

定員 ①初級女子 ②中級女子
③初級男子 ④中級男子
各5組

※男子の部は混合・女性ペアも出場可能

初級:わいわい気軽にラリーを楽しみたい方
中級:本格的に試合を楽しみたい方

予約受付中!
申込締切 7/15(金)18:00

**お申込み
お問合せ** 宝が池公園運動施設体育館
TEL: 075-746-3222

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



**田中セツ子
京都結婚塾**

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

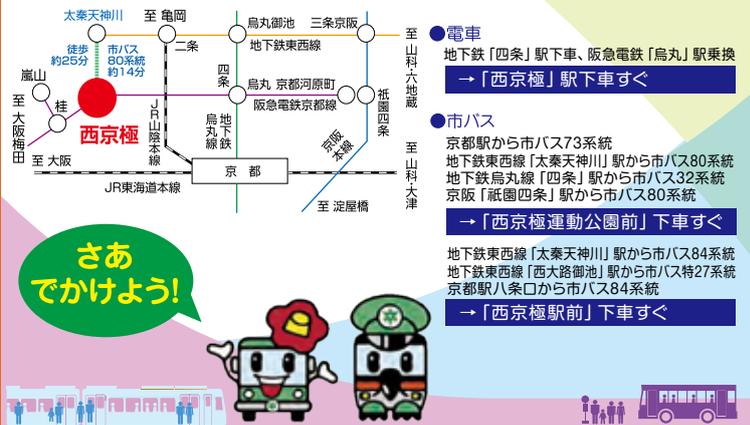
公益社団法人
京都府鍼灸マッサージ師会
TEL: 075-803-6078
<https://ksmk.jp>

ERP下鴨南治療院
接骨・鍼灸

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!!

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>

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



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/>

スポーツCLUB



スポーツは育てることができる。
スポーツクラブ(TOGO)の取組は、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



この印刷物が不要になれば、「雑がみ」として古紙回収へ!



Instagram



Facebook



京都市
スポーツ協会HP
KYOTO C.S.A.

