

令和5年[8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	火	午前	ミニバレー バドミントン	スポンジテニス	卓球	バドミントン	18	金	午前	ミニバレー バドミントン	バウンドテニス	卓球	バドミントン	
		午後		スポンジテニス					スポンジテニス					
		夜間	バドミントン	バドミントン	バスケットボール(小・中学生)	夜間			バドミントン					
2	水	午前	ミニバレー バドミントン	スポンジテニス	卓球	バドミントン (18:45まで)	19	土	午前	ミニバレー バドミントン	バドミントン	卓球	バスケットボール(小・中学生)	
		午後		スポンジテニス		バドミントン			バスケットボール(高校生以上)					
		夜間	バドミントン	バドミントン	団体利用	夜間			バドミントン	バドミントン				
3	木	午前	ミニバレー バドミントン	バドミントン	卓球	バドミントン	20	日	午前	ミニバレー バドミントン	バドミントン	卓球	バスケットボール(高校生以上)	
		午後				バドミントン			バスケットボール(小・中学生)					
		夜間	ソフトバレー	バドミントン	団体利用	夜間			バドミントン	バドミントン				
4	金	午前	ミニバレー バドミントン	バウンドテニス	卓球	バドミントン	21	月	午前	ミニバレー バドミントン	スポンジテニス	卓球	バドミントン	
		午後		スポンジテニス					バドミントン					
		夜間	バドミントン	バドミントン	【バレーボール】小・中学生17～18時 高校生以上18時～	夜間			バドミントン					
5	土	午前	ミニバレー バドミントン	バドミントン	卓球	バスケットボール(小・中学生)	22	火	午前	ミニバレー バドミントン	スポンジテニス	卓球 (14～16時/指導)	バドミントン	
		午後				バドミントン			バドミントン		バスケットボール(小・中学生)			
		夜間	バドミントン	バドミントン	バスケットボール(高校生以上)	夜間			バドミントン					
6	日	午前	ミニバレー バドミントン	バドミントン	卓球	バスケットボール(高校生以上)	23	水	午前	ミニバレー バドミントン	スポンジテニス (10～12時/指導)	卓球	バドミントン (18:45まで)	
		午後				バドミントン			バドミントン		バスケットボール(小・中学生)			
		夜間	バドミントン	バドミントン	バドミントン	夜間			バドミントン	団体利用				
7	月	午前	ミニバレー バドミントン	スポンジテニス	卓球	バドミントン	24	木	午前	ミニバレー バドミントン	バドミントン	卓球	バドミントン	
		午後		バドミントン		【バレーボール】小・中学生17～18時 高校生以上18時～								
		夜間	バドミントン	バドミントン	団体利用	夜間			ソフトバレー	バドミントン	団体利用			
8	火	午前	スポーツ少年団 スポーツテスト会(夏)			9:00～14:00 利用できません	25	金	午前	ミニバレー・バドミントン・卓球		バドミントン		
		午後	ミニバレー・バドミントン・スポンジテニス 卓球(14:00から)	バドミントン(14:00から)										
		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)										
9	水	午前	ミニバレー バドミントン	スポンジテニス	卓球	バドミントン (18:45まで)	26	土	午前	バスケットボール(ミニバスも利用可) バドミントン・卓球		バドミントン		
		午後		バドミントン		バドミントン								
		夜間	バドミントン	バドミントン	ミニバレー・バドミントン・卓球(17:00から)	夜間			ミニバレー・バドミントン・卓球(17:00から)					
10	木	午前	ミニバレー バドミントン	バドミントン	卓球	バドミントン	27	日	2023 父子チャレンジアカデミー 10:00～17:00			9:00～18:00 利用できません		
		午後				バドミントン			バドミントン					
		夜間	ソフトバレー	バドミントン	団体利用	夜間			ミニバレー・バドミントン・卓球(18:00から)	バドミントン(18:00から)				
11	金	午前	ミニバレー バドミントン	スポンジテニス	卓球	バドミントン	28	月	午前	ミニバレー バドミントン	スポンジテニス	卓球	バドミントン	
		午後		バドミントン		バドミントン								
		夜間	バドミントン	バドミントン	【バレーボール】小・中学生17～18時 高校生以上18時～	夜間			バドミントン					
12	土	午前	ミニバレー バドミントン	バドミントン	卓球	バスケットボール(高校生以上)	29	火	午前	ミニバレー バドミントン	スポンジテニス	卓球 (14～16時/指導)	バドミントン	
		午後				バドミントン			バドミントン		バスケットボール(高校生以上)			
		夜間	バドミントン	バドミントン	バスケットボール(高校生以上)	夜間			バドミントン					
13	日	午前	ミニバレー バドミントン	バドミントン	卓球	バスケットボール(小・中学生)	30	水	午前	ミニバレー バドミントン	スポンジテニス (10～12時/指導)	卓球	バドミントン (18:45まで)	
		午後				バドミントン			バドミントン		バスケットボール(高校生以上)			
		夜間	バドミントン	バドミントン	【バレーボール】小・中学生17～18時 高校生以上18時～	夜間			バドミントン	団体利用				
14	月	午前	令和五年 夏巡業 大相撲 恵庭場所				10:00～10:30 ウォーキング限定	31	木	午前	ミニバレー バドミントン	バドミントン	卓球	バドミントン
		午後								バドミントン				
		夜間								バドミントン	バドミントン	団体利用	夜間	ソフトバレー
15	火	午前	<全館 利用できません>				10:00～10:30 ウォーキング限定	※月額定期券でご利用できます ・4,000円ー市内3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 ・2,400円ー市内3館体育施設、島松体育館トレーニング室 ・1,600円ー市内3館体育施設 ※高校生・65歳以上の方は半額となります。 ①個人料金(市内在住者 ※市内への通勤、通学者含む) 【一般】200円【高校生・65歳以上】100円 ※小/中学生及び障がい者は無料です。 ②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 ※月曜日と木曜日は総合体育館のトレーニング室をサービス価格【市民限定】で 実施中！ ③市外の方は利用料金が2倍になります。(市外小/中学生は100円) ★8回分の料金で発行より1ヶ月間利用できるお得な定期券や 10回分の金額で利用できる11枚綴りの回数券もございます。 ★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します。 詳しい内容はお電話、または窓口にてお問合せください。 総合体育館 ☎123-32-2261						
		午後						バドミントン	バドミントン	バスケットボール(高校生以上)				
		夜間						バドミントン	バドミントン	バスケットボール(高校生以上)				
16	水	午前	ミニバレー バドミントン	スポンジテニス	卓球	バドミントン	17	木	午前	ミニバレー バドミントン	バドミントン	卓球	バドミントン	
		午後		バドミントン		バドミントン								
		夜間	バドミントン	バドミントン	バスケットボール(高校生以上)	夜間			ソフトバレー	バドミントン	団体利用			
17	木	午前	ミニバレー バドミントン	バドミントン	卓球	バドミントン	18	金	午前	ミニバレー バドミントン	バウンドテニス	卓球	バドミントン	
		午後				バドミントン			スポンジテニス					
		夜間	ソフトバレー	バドミントン	バスケットボール(小・中学生)	夜間			バドミントン					

備	【利用時間】		<午前>9:00～13:00		<午後>13:00～17:00		<夜間>17:00～22:00	
	指導サービス事業のご紹介 だれでもかんたんに、入館料のみで楽しめます！ <共通事項>①個人利用料がかかります。 ②レッスン中の事故については、主催者側で責任を負いません。 ③開催場所は総合体育館、福住屋内運動広場です。							
	【卓球】 日時/火曜日 14時～16時 講師/恵庭卓球協会	【スポンジテニス】 日時/水曜日 10時～12時 講師/恵庭テニス協会	【フィットネス】 日時/水曜日 10時30分～11時30分 講師/石井優美(ノアスポーツクラブ)	【朝ヨガ】 日時/月・木曜日 10時30分～11時30分 講師/マリ	【リラックスヨガ】 日時/火曜日 13時30分～14時30分 講師/サトミ			
考	【カラダにやさしいヨガ】 日時/金曜日 13時20分～14時20分 講師/あゆみ、レイコ	【夜ヨガ】 日時/金曜日 19時00分～20時00分 講師/ヒトミ	【はじめてのピラティス】 日時/木曜日 19時00分～20時00分 講師/サナエ	【ダイナミック ストレッチング】会場/福住屋内運動広場 日時/木曜日 19時15分～20時00分 講師/MIYUKI				

令和5年[9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	ミニバレー バドミントン バドミントン	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		18	月	午前 午後 夜間	第44回 恵庭市民剣道大会 9:00~17:00	バドミントン	9:00~18:00 利用できません
2	土	午前 午後 夜間	第31回全日本学生セパタクロ-選手権大会 北海道エリア大会			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			休館日 * 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、福住屋内運動広場は開館しております。		
					終日 利用できません	19	火	午前 午後 夜間	休館日		
3	日	午前 午後 夜間	第31回全日本学生セパタクロ-選手権大会 北海道エリア大会 9:00~17:00			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) ミニバレー・バドミントン・卓球(18:00から)			9:00~18:00 利用できません		
4	月	午前 午後 夜間	休館日 * 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、福住屋内運動広場は開館しております。						休館日		
5	火	午前 午後 夜間	ミニバレー バドミントン バドミントン	スポンジテニス バドミントン	卓球 (14~16時/指導)	バドミントン					
						バドミントン					
6	水	午前 午後 夜間	ミニバレー バドミントン バドミントン	スポンジテニス バドミントン	卓球	バドミントン (18:45まで)			10:00~10:30 ウォーキング限定		
						団体利用					
7	木	午前 午後 夜間	ミニバレー バドミントン ソフトバレー	バドミントン	卓球	バドミントン					
						団体利用					
8	金	午前 午後 夜間	ミニバレー バドミントン バドミントン	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					
						バドミントン					
9	土	午前 午後 夜間	ミニバレー バドミントン バドミントン	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					
						バドミントン					
10	日	午前 午後 夜間	第39回 市長・議長・教育長杯争奪バドミントン大会 9:00~18:00						9:00~19:00 利用できません		
						バドミントン(19:00から)					
11	月	午前 午後 夜間	ミニバレー バドミントン バドミントン	スポンジテニス バドミントン	卓球	バドミントン					
						[バレーボール]小・中学生17~18時 高校生以上18時~					
12	火	午前 午後 夜間	2023ハイテックススポーツフェス 9:00~17:00			バドミントン			9:00~18:00 利用できません		
						バスケットボール(高校生以上)					
13	水	午前 午後 夜間	ミニバレー バドミントン バドミントン	スポンジテニス バドミントン	卓球	バドミントン (18:45まで)			10:00~10:30 ウォーキング限定		
						団体利用					
14	木	午前 午後 夜間	ミニバレー バドミントン ソフトバレー	バドミントン	卓球	バドミントン					
						団体利用					
15	金	午前 午後 夜間	ミニバレー バドミントン バドミントン	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					
						バドミントン					
16	土	午前 午後 夜間	ミニバレー バドミントン バドミントン	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					
						バドミントン					
17	日	午前 午後 夜間	第4回優至会チャレンジカップ 9:00~18:00			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) ミニバレー・バドミントン・卓球(19:00から)			9:00~19:00 利用できません		
						バドミントン					

※月定期券券でご利用できます  
 ・4,000円一市内3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  
 ・2,400円一市内3館体育施設、島松体育館トレーニング室  
 ・1,600円一市内3館体育施設  
 ※高校生・65歳以上の方は半額となります。

①個人料金(市内在住者 ※市内への通勤、通学者含む)  
 【一般】200円 【高校生・65歳以上】100円 ※小/中学生及び障がい者は無料です。  
 ②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  
 ※月曜日と木曜日は総合体育館のトレーニング室をサービス価格【市民限定】で実施中！  
 ③市外の方は利用料金が2倍になります。(市外小/中学生は100円)  
 ★8回分の料金を発行より1ヶ月間利用できるお得な定期券や  
 10回分の金額で利用できる11枚綴りの回数券もございます。  
 詳しい内容はお電話、または窓口にてお問合せください。

★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。

総合体育館 ☎0123-32-2261

【利用時間】 <午前>9:00~13:00 <午後>13:00~17:00 <夜間>17:00~22:00

カラダにやさしいヨガ  
秋空の中で心身ともにリフレッシュしてみませんか。

フィットネスエクササイズ  
健康維持・増進のため運動を習慣して、運動不足も解消できます。

チアリーディング演技  
出演団体 大南高校チアリーディング部  
開催時間 10:45~11:15

えにわ健康・スポーツフェスティバル実行委員会  
問合せ先 ☎0123-21-9900(平日のみ 9:00~17:00)  
info@eniwa-spo.com  
主催 恵庭市・スポーツ協会・スポーツ推進委員協議会