

令和5年[10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

<お知らせ> 10/1~31まで格技室の床工事を行います。そのため第2体育室の利用が一部変更されています。ご理解とご協力をお願いします。

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	日	午前	ミニバレー会長杯争奪選手権大会 9:00~17:00	ミニバレー選手権大会 9:00~12:00	9:00~18:00 利用できません	18	水	午前	ミニバレー バドミントン	卓球	バドミントン				
		午後		バスケットボール(小・中学生)				団体利用							
		夜間		ミニバレー・バドミントン・卓球(18:00から)				[バレーボール]小・中学生17~18時 高校生以上18時~							
2	月	午前	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。					19	木	午前	ミニバレー	卓球	バドミントン		
		午後								団体利用					
		夜間								ソフトバレー					
3	火	午前	ミニバレー バドミントン	卓球 (14~16時/指導)	団体利用	20	金	午前	ミニバレー バドミントン	卓球	バドミントン				
		午後		バドミントン				団体利用							
		夜間		バドミントン				バドミントン(19:00から)							
4	水	午前	ミニバレー バドミントン	卓球	団体利用	21	土	新型コロナウイルスワクチン 集団接種							
		午後		バドミントン											
		夜間		バドミントン											
5	木	午前	ミニバレー	卓球	団体利用	22	日	新型コロナウイルスワクチン 集団接種							
		午後										バドミントン			
		夜間										ソフトバレー			
6	金	午前	ミニバレー バドミントン	卓球	団体利用	23	月	午前	ミニバレー バドミントン	卓球	バドミントン				
		午後		バドミントン				団体利用							
		夜間		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~							
7	土	午前	ミニバレー	卓球	団体利用	24	火	午前	ミニバレー バドミントン	卓球 (14~16時/指導)	バドミントン				
		午後						バドミントン			団体利用				
		夜間						バドミントン			バドミントン				
8	日	午前	極真空手第34回オープントーナメント 北海道選手権大会 9:00~17:00	バスケットボール(小・中学生)	9:00~18:00 利用できません	25	水	午前	ミニバレー バドミントン	卓球	バドミントン				
		午後		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							
9	月	午前	令和5年度スポーツの日 市民卓球大会 9:00~17:00	バドミントン	9:00~18:00 利用できません	26	木	午前	ミニバレー	卓球	バドミントン				
		午後		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)				[バレーボール]小・中学生17~18時 高校生以上18時~							
10	火	午前	ミニバレー バドミントン	卓球 (14~16時/指導)	バドミントン	27	金	午前	ミニバレー バドミントン	卓球	バドミントン				
		午後		バドミントン				団体利用							
		夜間		バドミントン				バドミントン(19:00から)							
11	水	午前	ミニバレー バドミントン	卓球	バドミントン	28	土	石狩管内中体連新人戦バスケットボール大会 9:00~17:00							
		午後		バドミントン				団体利用							
		夜間		バドミントン				バドミントン(18:00から)	9:00~18:00 利用できません						
12	木	午前	令和5年度 恵庭市介護予防シニア体力測定会 9:00~17:00				29	日	石狩管内中体連新人戦バスケットボール大会 9:00~17:00						
		午後	バドミントン	団体利用											
		夜間	ソフトバレー・バドミントン・卓球(18:00から)	バドミントン(18:00から)	9:00~18:00 利用できません										
13	金	午前	ミニバレー バドミントン	卓球	バドミントン	30	月	午前	ミニバレー バドミントン	卓球	バドミントン				
		午後		バドミントン				団体利用							
		夜間		バドミントン				バドミントン(19:00から)							
14	土	午前	石狩管内中体連新人戦バスケットボール大会 9:00~17:00				31	火	午前	ミニバレー バドミントン	卓球	バドミントン			
		午後	バドミントン	団体利用											
		夜間	バスケットボール(18:00から)	バドミントン(18:00から)	9:00~18:00 利用できません										
15	日	午前	石狩管内中体連新人戦バスケットボール大会 9:00~17:00				※月額定期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 ※市内への運動、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枚繰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いたします。 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 ☎32-2261								
		午後	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)											
16	月	午前	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。					※月額定期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 ※市内への運動、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枚繰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いたします。 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 ☎32-2261							
		午後												バドミントン	団体利用
		夜間												ソフトバレー・バドミントン・卓球(18:00から)	バドミントン(18:00から)
17	火	午前	ミニバレー バドミントン	卓球 (14~16時/指導)	バドミントン	27	金	午前	ミニバレー バドミントン	卓球	バドミントン				
		午後		バドミントン				団体利用							
		夜間		バドミントン				バドミントン(19:00から)							

【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

【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