

令和4年[11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	バウンドテニス	卓球 (14~16時/指導)	バドミントン <small>【バスケットボール】高校生17~19時30分、一般19時30分~22時</small>	18	金	午前	団体利用		バドミントン (14:00~)	14時~16時半 利用できます
		午後		ミニバレー・バドミントン・卓球 (14:00~16:30まで)									
		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 (10~12時/指導)	卓球	バドミントン	19	土	午前	第26回北海道セバタクロー 選手権大会 17:30~	バスケットボール(小・中学生)	終日 利用できません	
		午後		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				
3	木	午前	ミニバレー	バドミントン	卓球	バドミントン	20	日	午前	第26回北海道セバタクロー 選手権大会 9:00~19:00	バスケットボール(高校生以上)	9:00~20:00 利用できません	
		午後							バスケットボール(小・中学生)				
		夜間							ミニバレー・バドミントン・卓球(20:00から)		【バレーボール】小・中学生17~18時 高校生18~20時、一般20~22時		
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	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、駒場体育館、福住屋内運動広場は閉館しております。	
		午後		スポンジテニス									
		夜間		バドミントン									
5	土	午前	新型コロナウイルスワクチン 集団接種				22	火	午前	ミニバレー	バウンドテニス	バドミントン	バスケットボール(小・中学生)
		午後							バドミントン	スポンジテニス (14~16時/指導)	卓球		
		夜間							バドミントン	バドミントン			
6	日	午前	新型コロナウイルスワクチン 集団接種				23	水	午前	北海道中学校選抜卓球大会 千歳支部予選 9:00~17:00		バドミントン	9:00~18:00 利用できません
		午後							ミニバレー・バドミントン・卓球 (18:00から)				
		夜間											
7	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、駒場体育館、福住屋内運動広場は閉館しております。				24	木	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	卓球			
		夜間							ソフトバレー	バドミントン	団体利用		
8	火	午前	ミニバレー	備品更新	卓球 (14~16時/指導)	バドミントン	25	金	午前	ミニバレー	バウンドテニス	バドミントン	バスケットボール(小・中学生)
		午後	バドミントン(全日)						スポンジテニス	卓球			
		夜間	バドミントン(午後のみ)						バドミントン				
9	水	午前	スポンジテニス (10~12時/指導)	備品更新	卓球	バドミントン	26	土	午前	新型コロナウイルスワクチン 集団接種			
		午後	ミニバレー										
		夜間	バドミントン										
10	木	午前	ミニバレー	バドミントン	卓球	バドミントン	27	日	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	卓球			
		夜間							ソフトバレー	バドミントン	団体利用		
11	金	午前	ミニバレー	バドミントン	卓球	バドミントン	28	月	午前	ミニバレー	スポンジテニス	バドミントン	【バレーボール】小・中学生17~18時 高校生18~20時、一般20~22時
		午後	バドミントン						スポンジテニス	卓球			
		夜間	バドミントン						バドミントン				
12	土	午前	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)	29	火	午前	ミニバレー	バウンドテニス	バドミントン	【バスケットボール】高校生17~19時30分、一般19時30分~22時
		午後				バスケットボール(小・中学生)			スポンジテニス	卓球 (14~16時/指導)			
		夜間				バドミントン			バドミントン				
13	日	午前	ミニバレー	バドミントン	卓球	市民ダブルス卓球大会	30	水	午前	ミニバレー	スポンジテニス (10~12時/指導)	バドミントン	10:00~10:30 ウォーキング限定
		午後				バドミントン			卓球				
		夜間				バドミントン(18:00から)			バドミントン				
14	月	午前	ミニバレー	バドミントン	卓球	バドミントン	<b>《11月~4月は冬料金になります》</b> ※月額定期券でご利用できます ・4,320円一市内4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 ・2,720円一市内4館体育施設、島松体育館トレーニング室 ・1,920円一市内4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】240円 【高校生・65歳以上】120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 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120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。 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。 ★新型コロナウイルス感染拡大状況、大会等でカレンダーの内容が変更になることがあります。 ≪ご来館の際は、必ずマスクの着用をお願いします≫ 総合体育館☎32-2261						
		午後	バドミントン										卓球
		夜間	バドミントン										
15	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	25	金	午前	ミニバレー	バウンドテニス	バドミントン	【バスケットボール】高校生17~19時30分、一般19時30分~22時
		午後	バドミントン						スポンジテニス	卓球			
		夜間	バドミントン						バドミントン				
16	水	午前	ミニバレー	バドミントン	卓球	バドミントン	19	土	午前	スポンジテニス (10~12時/指導)	バドミントン	10:00~10:30 ウォーキング限定	
		午後	バドミントン						卓球				
		夜間	バドミントン										
17	木	午前	ミニバレー	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	バスケットボール(小・中学生)
		午後							バドミントン	卓球			
		夜間							ソフトバレー	バドミントン	団体利用		
備考	【利用時間】		<午前>9:00~13:00		<午後>13:00~17:00		<夜間>17:00~22:00		気軽にトレーニング室を利用しよう！ トレーニング室体験DAY 「トレーニング室を使ってみたい」「マシンに興味がある」といった方に向けた、「トレーニング室体験DAY」があります！ 毎週木曜日、総合体育館トレーニング室を入館料プラス100円(65歳以上 & 高校生は50円)でご利用いただけます。 是非ご利用ください！				
	だれでも気軽に、入館料のみで楽しめます！ 指導サービス事業のご案内		未経験者、運動が苦手な方、大歓迎！都合に合わせて自由に参加できるので、気軽にはじめられます。 実施種目は卓球、スポンジテニス、フィットネス、ヨガ、ダイナミックストレッチングの5種目。ぜひご参加ください！		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えにわ総合型スポーツクラブ会員になるとお得にご参加できます。								
	【卓球】総合体育館 日時/火曜日 14時~16時 講師/恵庭卓球協会	【スポンジテニス】総合体育館 日時/水曜日 10時~12時 講師/伊藤裕	【フィットネス】総合体育館 日時/水曜日 10時~11時30分 講師/石井優美	【ヨガ】総合体育館・福住屋内運動広場 日時/火、木、金(昼間・夜間) 講師/ヨガインストラクター ※詳細はお問合せください	【ダイナミックストレッチング】福住屋内運動広場 日時/木曜日 19時15分~20時00分 講師/MIYUKI								