

令和8年[2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	日	午前	第50回 理事長杯争奪 兼 市民バドミントン大会 9:00～19:00			バドミントン (15:45まで)	9:00～ 20:00は 利用できま せん	17	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				
		午後								団体利用 (13:00～15:00)								
		夜間	ミニバレー・バドミントン・卓球 (20:00から)							バドミントン (20:00から)		【バレーボール】小・中学生16～18時 高校生18～20時、一般20～22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。					18	水	午前	ミニバレー バドミントン	スポンジテニス 〈指導〉 10～12時	卓球	バドミントン (18:45まで)	10:00～ 10:30は ウォーキング 限定です			
		午後								団体利用								
		夜間																
3	火	午前	ミニバレー バドミントン	スポンジテニス	卓球 〈指導〉 14～16時	バドミントン (15:45まで)		19	木	午前	ミニバレー バドミントン	テニス	卓球	バドミントン				
		午後		バドミントン						団体利用								
		夜間																
4	水	午前	ミニバレー バドミントン	スポンジテニス 〈指導〉 10～12時	卓球	バドミントン (18:45まで)	10:00～ 10:30は ウォーキング 限定です	20	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				
		午後		バドミントン						団体利用								
		夜間																
5	木	午前	ミニバレー バドミントン	テニス	卓球	バドミントン		21	土	午前	ミニバレー	バドミントン	卓球	バスケットボール(小・中学生)				
		午後		バドミントン						団体利用								
		夜間																
6	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		22	日	午前	市民ミニバレー大会 9:00～17:00		卓球	バスケットボール(高校生以上)	9:00～ 18:00は 利用できま せん			
		午後		バスケットボール(小・中学生)														
		夜間		バドミントン						ミニバレー・バドミントン・卓球 (18:00から)				バドミントン				
7	土	午前	2025 札幌地区秋季高校バドミントン大会 9:00～17:00					23	月	午前	スポンジテニス	バドミントン	卓球	スポンジテニス				
		午後								ミニバレー バドミントン				バドミントン				
		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)								夜間		【バレーボール】小・中学生16～18時 高校生18～20時、一般20～22時		
8	日	午前	恵庭市オープン 小中学生卓球大会 9:00～17:00					24	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				
		午後								団体利用 (13:00～15:00)								
		夜間	衆議院議員総選挙 開票所							夜間		バドミントン						
9	月	午前	スポンジテニス	ソフトテニス	卓球	団体利用		25	水	午前	ミニバレー バドミントン	スポンジテニス 〈指導〉 10～12時	卓球	バドミントン (18:45まで)	10:00～ 10:30は ウォーキング 限定です			
		午後	ミニバレー	テニス		バドミントン				午後		団体利用						
		夜間	バドミントン	バドミントン		【バレーボール】小・中学生16～18時 高校生18～20時、一般20～22時				夜間								
10	火	午前	ミニバレー バドミントン	スポンジテニス	卓球 〈指導〉 14～16時	バドミントン		26	木	午前	ミニバレー バドミントン	ソフトテニス	卓球	バドミントン				
		午後		バドミントン						団体利用								
		夜間																
11	水	午前	恵庭室内ダブルステニス大会 9:00～18:00			バドミントン	9:00～ 19:00は 利用できま せん	27	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				
		午後								午後								
		夜間	ミニバレー・バドミントン・卓球 (19:00から)							バドミントン								
12	木	午前	ミニバレー バドミントン	ソフトテニス	卓球	バドミントン		28	土	午前	市内ミニバスケットボール大会 9:00～18:30		卓球	市内ミニバスケットボール大会 9:00～17:00	9:00～ 19:30は 利用できま せん			
		午後		午後		バスケットボール(小学生) (19:00から)												
		夜間		バドミントン						バスケットボール(小学生) (19:00から)								
13	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		・冬期利用料金になります。(11月～4月) ・市外の方は利用料金が異なります。 ★8回分の料金で発行より1ヶ月間利用できる、お得な定期券もございます。 ★着替え等も含め、 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 ☎ 0123-32-2261										
		午後																
		夜間																
14	土	午前	JFA第36回 全日本U-12フットサル 選手権大会 千歳地区予選 9:00～18:00			バスケットボール(小学生)	9:00～ 19:00は 利用できま せん	15	日	午前	JFA第36回 全日本U-12フットサル 選手権大会 千歳地区予選 9:00～17:00			バスケットボール(高校生以上)	9:00～ 18:00は 利用できま せん			
		午後				バスケットボール(中学生)				午後				バスケットボール(小・中学生)				
		夜間	フットサル (18:00から)			バスケットボール(高校生以上)				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16～18時 高校生18～20時、一般20～22時				
15	日	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。					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。							
		午後																
		夜間																

ヨガ&フィットネス系 プログラムスケジュール (2月)

★スポーツクラブ会員限定！ 実技指導【テニス】開講★				
未経験者は「楽しいラリー」を、初心者には「より自由に打つ」ことを目標にレッスンをを行います。 なお、スポーツクラブ会員限定プログラムとなります。				
【対象】未経験者～初心者 【日時】毎週金曜日 10:00～11:30 【会場】福住屋内運動広場 【持ち物】動きやすい服装、室内シューズ、タオル、飲み物 *ラケットは貸出しいたします(本数に限りあり)				
休館日	2	3	4	5
	朝のピラティス 10:00～11:00/サナエ	フィットネス(リズム体操) 10:30～11:30/ユミ	バレトン 9:45～10:45/ヒナコ	【初級】カラダにやさしいヨガ 13:20～14:20/レイコ
	【初級】はじめてのヨガ 13:30～14:30/サトミ	45分で完結！ 脂肪燃焼エクササイズ 19:10～19:55/MIYUKI (福住)【上靴必要】	【初級】リラックスヨガ 11:00～12:00/マリ	【初級】リフレッシュヨガ 19:00～20:00/ヒトミ
	9	10	11	12
【中級】アクティブヨガ 10:30～11:30/マリ	朝のピラティス 10:00～11:00/サナエ	お休み	バレトン 9:45～10:45/ヒナコ	【初級】カラダにやさしいヨガ 13:20～14:20/あゆみ
	【初級】はじめてのヨガ 13:30～14:30/サトミ		お休み	
	【中級】からだスッキリヨガ 18:30～20:00/チカ&マミ		夜のピラティス 19:00～20:00/サナエ	【初級】リフレッシュヨガ 19:00～20:00/ヒトミ
	16	17	18	19
休館日	お休み	フィットネス(楽筋トレ) 10:30～11:30/ユミ	バレトン 9:45～10:45/ヒナコ	【初級】カラダにやさしいヨガ 13:20～14:20/レイコ
	【初級】はじめてのヨガ 13:30～14:30/サトミ	45分で完結！ 脂肪燃焼エクササイズ 19:10～19:55/MIYUKI (福住)【上靴必要】	【初級】リラックスヨガ 11:00～12:00/マリ	
	【中級】からだスッキリヨガ 18:30～20:00/チカ&マミ		夜のピラティス 19:00～20:00/サナエ	お休み
	23	24	25	26
お休み	朝のピラティス 10:00～11:00/サナエ	フィットネス(ストレッチ) 10:30～11:30/ユミ	お休み	お休み
	【初級】はじめてのヨガ 13:30～14:30/サトミ	45分で完結！ 脂肪燃焼エクササイズ 19:10～19:55/MIYUKI (福住)【上靴必要】	【初級】リラックスヨガ 11:00～12:00/マリ	
	【中級】からだスッキリヨガ 18:30～20:00/チカ&マミ		夜のピラティス 19:00～20:00/サナエ	【初級】リフレッシュヨガ 19:00～20:00/ヒトミ

脂肪燃焼エクササイズ → 福住屋内運動広場 夜のピラティス/【初級】リフレッシュヨガ → 総合体育館 研修室

卓球指導 & スポンジテニス & テニス指導 スケジュール (2月)

総合体育館 アリーナ				
	日	曜	時 間	担当
卓球	3	火	14:00～ 16:00	沼田 義生
	10			
	17		お休み	
	24			

総合体育館 アリーナ				
	日	曜	時 間	担当
スポンジ テニス	4	水	10:00～ 12:00	伊藤 裕
	11		お休み	
	18		10:00 ～ 12:00	伊藤 裕
	25			

福住屋内運動広場				
	日	曜	時 間	担当
【New】 テニス	6	金	10:00 ～ 11:30	伊藤 裕
	13			
	20			
	27			

【各種プログラム、指導 共通注意事項】
 ※【初級】はじめてヨガをする方、当協会プログラムに通って間もない方
 ※【中級】当協会プログラムに複数回、複数年通っている方、強度を上げたい方
 ※入館料とは別に受講料100円(市外者200円)が必要となります(えにわ総合型スポーツクラブ会員除く)。
 ※講師が予告なく変更になる場合があります。
 ※各館の行事、講師の都合等で中止になる場合があります。



トレーニング室 開放スケジュール (2月)



下記日時は利用できない、もしくは時間変更となっております。ご了承ください。

日にち	時 間
2日(月)、16日(月)	休 館 日
8日(日)	17:00～(全館貸切のため)