

# 1月の使用予定(2024)

◎この表は予定ですので、変更になる場合があります。事前にお確かめください。

日	アリーナ									第1体育室			第2体育室			第3体育室			第4体育室			トレーニング室			
	Aコート			Bコート			Cコート			剣道ほか			空手ほか			卓球ほか			第4体育室			午前	午後	夜間	
	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	
1	休館日																							1	月祝
2	休館日																							2	火
3	休館日																							3	水
4	たんぼぼ会 テニス	バスケットボール	エレナサッカー練習試合	バドミントン	エレナサッカー練習試合	ソフトバレーボール スポンジテニス	一般開放	剣翔館	一般開放	合気武道	卓球	トランポリン 教室	北星学園 バドミントン	SAFY	一般開放	4	木								
5	バスケットボール	小樽テニス協会 ジュニア	FIBRA サッカー	シーガル バドミントン	未来創造高校 テニス部	テニス	さつき・さくら こしの会 卓球	ソフトテニスOG会 審判講習会	おたる体操 ジュニアクラブ	一般開放	シンコースポーツ ピラティス教室	シンコースポーツ シニア健康体操	一般開放	ヒデキッズ	卓球	トランポリン 教室	潮陵高校 ソフトテニス部	ミニバレー ミニテニス	一般開放	5	金				
6	第23回小樽市内ジュニアシングルステニス選手権																							6	土
7	バスケットボール			バドミントン			バレーボール			一般開放	シンコースポーツ フラダンス教室	一般開放	合気武道	ダンス Bunny	一般開放	卓球	ミニバレー・ミニテニス	ソプラティコ バスケットボールサークル	一般開放	7	日				
8	未来創造高校主催 バドミントン大会		バスケットボール	未来創造高校主催 バドミントン大会		サッカー トレセン	バレーボール	SAFY	ソフトバレーボール スポンジテニス	一般開放	一般開放	一般開放	卓球	バスケットボール	ミニバレー ミニテニス	一般開放	8	月祝							
9	バスケットボール			シーガル バドミントン	バドミントン	エレナ サッカー	すみれ・リラの会 卓球	ソフトバレーボール スポンジテニス	MIX スクール	シンコースポーツ フラダンス教室	レディース フォークダンス	剣翔館	シンコースポーツ ヨガ教室	一般開放	空手勲仁塾	卓球	子ども体操 教室	ミニバレー ミニテニス	シンコースポーツ サッカー教室	一般開放	9	火			
10	バスケットボール	桜陽高校 ソフトテニス部	シンコースポーツ バスケットボール教室	バドミントン	桜陽高校 ソフトテニス部	ソフトテニス	ソフトバレーボール・スポンジテニス	おたる体操 ジュニアクラブ	一般開放	シンコースポーツ キックボクシング教室	一般開放	空手敬天塾	卓球	SAWAジュニア バドミントン	潮陵高校 ソフトテニス部	ミニバレー ミニテニス	一般開放	10	水						
11	テニス			ソフトテニス			萩の会・やなぎ会 卓球	ソフトバレーボール・スポンジテニス	一般開放	剣翔館	モダンダンス マダムスキップ	一般開放	合気武道	卓球	子ども体操 教室	ミニバレー ミニテニス	ヒデキッズ	一般開放	11	木					
12	サンダーボイス バスケットボール	倶知安高校 ソフトテニス部	バスケットボール	バドミントン	倶知安高校 ソフトテニス部	バドミントン	さつき・さくら こしの会 卓球	ソフトテニス 女子クラブ	FIBRA サッカー	一般開放	シンコースポーツ シニア健康体操	一般開放	空手敬天塾	卓球	子ども体操 教室	ミニバレー ミニテニス	SANYU バレーボール	一般開放	12	金					
13	サッカー協会		ソプラティコ バスケットボールサークル	サッカー協会		バドミントン	サッカー協会		バレーボール	一般開放	シンコースポーツ 土曜ヨガ教室	リズムスキップ ダンス	空手勲仁塾	卓球	小樽ライジングスターズ バスケットボール	小樽ママさんバレー 審判部	小樽 ミニバレー協会	一般開放	13	土					
14	サッカー協会		バスケットボール	サッカー協会		バドミントン	サッカー協会		FIBRA サッカー	一般開放	合気武道	ダンス Bunny	一般開放	卓球	剣道館開き	ミニバレー・ミニテニス	一般開放	14	日						
15	バスケットボール			バドミントン			サッカー トレセン	ソフトバレーボール スポンジテニス	ソフトテニスOG会 審判講習会	エスポラーダ北海道 フットサル教室	シンコースポーツ 介護予防体操	一般開放	一般開放	シンコースポーツ Nightヨガ教室	卓球	ミニバレー・ミニテニス	おたる体操 ジュニアクラブ	一般開放	15	月					
16	フラワー会 スポンジテニス	バスケットボール		シーガル バドミントン	バドミントン	エレナ サッカー	すみれ・リラの会 卓球	ソフトバレーボール スポンジテニス	MIX スクール	シンコースポーツ フラダンス教室	レディース フォークダンス	剣翔館	シンコースポーツ ヨガ教室	一般開放	空手勲仁塾	卓球	翔 ミニバレー	ミニバレー ミニテニス	シンコースポーツ サッカー教室	一般開放	16	火			
17	バスケットボール			バドミントン			SAWAジュニア バドミントン	ソフトバレーボール・スポンジテニス	おたる体操 ジュニアクラブ	一般開放	シンコースポーツ キックボクシング教室	一般開放	空手敬天塾	卓球	ミニバレー・ミニテニス	ヒデキッズ	一般開放	17	水						
18	ソフトテニス			テニス			萩の会・やなぎ会 卓球	ソフトバレーボール・スポンジテニス	山田 エアロの会	一般開放	剣翔館	モダンダンス マダムスキップ	一般開放	合気武道	卓球	はまなす会 ミニバレー	ミニバレー ミニテニス	SANYU バレーボール	一般開放	18	木				
19	バスケットボール			バドミントン			さつき・さくら こしの会 卓球	ソフトテニス 花園クラブ	ソフトバレーボール スポンジテニス	一般開放	シンコースポーツ ピラティス教室	シンコースポーツ シニア健康体操	一般開放	空手敬天塾	卓球	シャトルクラブ バドミントン	ミニバレー・ミニテニス	一般開放	19	金					
20	第8回坂野杯争奪市内中学生 インドアバドミントン大会		ソプラティコ バスケットボールサークル	第8回坂野杯争奪市内中学生 インドアバドミントン大会		バドミントン	第8回坂野杯争奪市内中学生 インドアバドミントン大会		バレーボール	一般開放	一般開放	リズムスキップ ダンス	空手勲仁塾	卓球	稲穂 スラッガーズ	ミニバレー・ミニテニス	一般開放	20	土						
21	バスケットボール	小樽テニス協会 ジュニア	バスケットボール	バドミントン			全道フットサル小樽地区予選		バレーボール	一般開放	シンコースポーツ フラダンス教室	一般開放	合気武道	ダンス Bunny	一般開放	卓球	ミニバレー・ミニテニス	SAFY	一般開放	21	日				
22	バスケットボール			スバリソ バスケットボールサークル	バドミントン		サッカー トレセン	バンビー テニスの会	ソフトテニス 女子クラブ	エスポラーダ北海道 フットサル教室	シンコースポーツ 介護予防体操	一般開放	一般開放	卓球	ファンキーズ ミニテニス	ミニバレー ミニテニス	おたる体操 ジュニアクラブ	一般開放	22	月					
23	フラワー会 スポンジテニス	バスケットボール		シーガル バドミントン	バドミントン		すみれ・リラの会 卓球	ソフトバレーボール スポンジテニス	MIX スクール	シンコースポーツ フラダンス教室	レディース フォークダンス	剣翔館	シンコースポーツ ヨガ教室	一般開放	空手勲仁塾	卓球	翔 ミニバレー	ミニバレー ミニテニス	シンコースポーツ サッカー教室	一般開放	23	火			
24	テニス		シンコースポーツ バスケットボール教室	ソフトテニス			ソフトバレーボール・スポンジテニス	おたる体操 ジュニアクラブ	一般開放	シンコースポーツ キックボクシング教室	一般開放	空手敬天塾	卓球	杉の子クラブ バドミントン	ミニバレー ミニテニス	SAWAジュニア バドミントン	一般開放	24	水						
25	たんぼぼ会 テニス	テニス		はまなす会 ミニバレー	ソフトテニス		ソフトバレーボール・スポンジテニス	シンコースポーツ シニア健康体操	一般開放	剣翔館	モダンダンス マダムスキップ	一般開放	合気武道	卓球	ポピーの会 ミニバレー	ミニバレー ミニテニス	おたる体操 ジュニアクラブ	一般開放	25	木					
26	整理日(休館)																							26	金
27	小樽ティーボール大会	ソプラティコ バスケットボールサークル	小樽ティーボール大会		バドミントン	小樽ティーボール大会		バレーボール	一般開放	シンコースポーツ ピラティス教室	シンコースポーツ 土曜ヨガ教室	リズムスキップ ダンス	空手勲仁塾	卓球	会長杯争奪体操競技選手権大会			一般開放	27	土					
28	第53回吉村杯争奪卓球選手権大会																							28	日
29	バスケットボール			スバリソ バスケットボールサークル	バドミントン		サッカー トレセン	リフレ テニスの会	ソフトテニスOG会 審判講習会	エスポラーダ北海道 フットサル教室	シンコースポーツ 介護予防体操	一般開放	一般開放	シンコースポーツ Nightヨガ教室	卓球	ミニバレー・ミニテニス	おたる体操 ジュニアクラブ	一般開放	29	月					
30	フラワー会 スポンジテニス	バスケットボール	SAWAジュニア バドミントン	シーガル バドミントン	バドミントン		すみれ・リラの会 卓球	ソフトバレーボール スポンジテニス	MIX スクール	シンコースポーツ フラダンス教室	レディース フォークダンス	剣翔館	シンコースポーツ ヨガ教室	一般開放	空手勲仁塾	卓球	翔 ミニバレー	アドバン テニス	シンコースポーツ サッカー教室	一般開放	30	火			
31	ソフトテニス			テニス			杉の子クラブ バドミントン	ソフトバレーボール スポンジテニス	おたる体操 ジュニアクラブ	一般開放	シンコースポーツ キックボクシング教室	一般開放	空手敬天塾	卓球	ひまわり会 ミニテニス	ミニバレー ミニテニス	ヒデキッズ	一般開放	31	水					

\*一般の方が利用できる種目・時間帯は、単に『バドミントン』等と種目を表示しているところ及び一般開放と記載しているところになります。

1. 体育館の開館時間は、午前9時から午後9時までです。
2. 午前とは9時から12時まで、午後とは13時から17時まで、夜間とは18時から21時までです。  
なお、運動できる時間は午前・午後・夜間とも退館時刻の20分前までです。
3. 未成年者が専用する場合は、使用責任者が成人であること及び使用時間に同伴することを原則とします。
4. 夜間に利用するときは、小・中学生は受付時に父母または責任者(成人)の同伴を必要とし、高校生は必ず学生証を携帯し受付窓口に提示してください。
5. トレーニング室を利用できるのは中学生以上です(小学生以下の子どもは危険ですから入室させないでください。)

**小中学生が一般開放で使用する場合は無料です。**

# 来館者の皆様へ

## 各種SNSのご紹介

ご登録よろしくお願いします！

Instagram

Instagram



ID:otarusoutai

公式ライン

LINE



ID:@220xiwyk

ツイッター

Twitter

ID:@otarusoutai

## ご利用につきまして

- 新型コロナウイルス5類感染症移行に伴い、個人利用・専用利用の人数制限はございません。
- 引き続き、体調がよくない場合（発熱・咳・咽頭痛などの症状）の入館はご遠慮ください。
- マスクの着用は個人の判断となります。
- 館内土足禁止です。外靴を入れる袋、上履きを各自でご用意してください。
- 運動は運動着・運動靴で行ってください。
- アリーナ、各体育室、トレーニング室内での飲食はできません。運動中の水分補給は可能ですが休憩をかねての水分補給や飲食は観覧席、ホワイエ、ロビーでお願いします。
- ゴミやペットボトル・缶などは各自でお持ち帰りください。
- 館内の清掃美化や節電、退館時間へのご協力いつもありがとうございます。

※令和5年4月1日から令和9年3月31日までの期間、シンコースポーツ北海道(株)が指定管理者として管理・運営を行います。

小樽市総合体育館

# 小樽市総合体育館

指定管理者 シンコースポーツ北海道株式会社

2024年1月 ご案内

〒047-0024 小樽市花園5丁目2番2号  
TEL 3 3 - 3 7 1 0 FAX 2 4 - 4 3 3 4

E-mail otaru@shinko-sports.com

## 体育館からのお知らせ

令和5年4月1日から令和9年3月31日までの期間、シンコースポーツ北海道(株)が指定管理者として管理・運営を行います！

## 通年教室募集のご案内

行事名	開催期間	時間帯	定員	対象	月額	備考
エスポラーダ北海道フットサル教室	15日、22日、29日	1年生~3年生 18:10~19:15 4年生~6年生 19:20~20:40	1年生~3年生 5名~15名 4年生~6年生 5名~15名	小学1年生~小学6年生		
・お申し込みやご質問は、エスポラーダ北海道事務局011-676-4729（平日10:00~17:00）にお問い合わせください。						
初心者向けサッカー教室	9日、16日、23日、30日	18:30~19:30	20名	小学1年生~小学6年生	月額2,000円	お申し込みやご質問は、体育館にお問い合わせください。
バスケットボール教室	10日、24日	18:00~20:00	25名	小学1年生~小学6年生	1回500円	
エンジョイスoccer教室	9日、16日、23日、30日	19:40~20:40	10名	中学生~大人	1回700円	
キックボクシング教室	10日、17日、24日、31日	1年生~3年生 18:00~18:45 4年生~6年生 19:00~19:45 中学生以上 20:00~20:45	各4名	小学1年生~大人	1回1,500円 または 月額4,000円	
シニア健康体操教室	5日、12日、19日、25日	10:30~11:30	20名	50歳以上 ストレッチ、生活筋力 向上体操など	月額3,000円 または 1回1,000円	
ヨガ教室	9日、16日、23日、30日	10:00~11:00	20名	健康な方。親子で参加も可能	1回1,000円	
土曜ヨガ教室	6日、13日、27日	10:00~11:30	20名	健康な方。親子で参加も可能	1回1,000円	
ピラティス教室	5日、19日、27日	10日 18:00~19:00 15日 19:00~20:00 23日 18:00~19:00	20名	健康な方。親子で参加も可能	1回1,000円	
Nightヨガ教室	15日、29日	19:00~20:00	20名	健康な方。親子で参加も可能	1回1,000円	
フラダンス教室	9日、16日、23日、30日	10:30~11:30	20名	健康な方。親子で参加も可能	月額2,500円	
日曜フラダンス教室	7日、21日	13:30~15:00	20名	健康な方。親子で参加も可能	1回1,000円	
介護予防教室	15日、22日、29日	10:00~11:30	20名	どなたでも参加可能 転倒予防体操、膝の体操、有酸素運動	1回1,000円	

26日(金)は施設整理日のため休館となります