

4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。

| 月 | 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 | | | トレーニング室 | | | | | |
| | 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月 | バスケットボール | | | バドミントン | | | パンピー テニスの会 | ソフトテニスOG会 審判講習会 | 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 ダンスエクササイズ | 一般開放 | 一般開放 | | | ダイエットヨガ 教室 | 卓球 | ファンキーズ ミニテニス | ミニバレー | ミニバレー・ミニテニス | 一般開放 | 1月 | | | | | |
| 2火 | フラワー会 スポンジテニス | バスケットボール | コルサリオ サッカー | シーガル バドミントン | バドミントン | 後志 インテルFC | 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 | フラダンス 教室 | レディース フォークダンス | 剣翔館 | ヨガ 教室 | 一般開放 | 空手勲仁塾 | 卓球 | ミニバレー ミニテニス | 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 | 2火 | | | | | | |
| 3水 | 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 | 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 | SAWA ジュニア | 長橋ジュニア バレーボール | 一般開放 | 3水 | | | | | | |
| 4木 | バスケットボール | | | はまなす会 ミニバレー | バドミントン | | 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 | ヒデキッズ | 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 | ポピーの会 ミニバレー | ミニバレー ミニテニス | SAFY | 一般開放 | 4木 | | | | | | |
| 5金 | バスケットボール | | SAMU サッカー | バドミントン | | | さつき・さくら こしの会 卓球 | ソフトバレーボール スポンジテニス | 長橋ジュニア 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 | シニア健康体操 教室 | 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 | あしゅら バレーボール | 一般開放 | 5金 | | | | | |
| 6土 | 小樽 ライジングスターズ | バスケットボール | ソプラティコ バスケットボールサークル | バドミントン | 小樽女子 サッカー | バドミントン | ソフトバレーボール スポンジテニス | ソフトテニス 花園クラブ | バレーボール | 一般開放 | 剣翔館 | 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 | シモンズ バスケット | ミス・ショット テニス | 小樽ママさんバレー 審判部 | 一般開放 | 6土 | | | | | | |
| 7日 | バスケットボール | | | バドミントン | | | バレーボール | | | シンコースポーツ ピラティス教室 | シンコースポーツ 日曜フラ教室 | 一般開放 | 合気武道 | 一般開放 | | | 卓球 | SAWA ジュニア | トイロ キッズトレーニング | SAMU サッカー | 一般開放 | 7日 | | | | | |
| 8月 | バスケットボール | | | バドミントン | | | リフレ テニスの会 | ソフトテニス 女子クラブ | ソフトバレーボール スポンジテニス | 介護予防体操 教室 | シンコースポーツ ダンスエクササイズ | 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 | 8月 | | | | | | |
| 9火 | フラワー会 スポンジテニス | バスケットボール | 後志 インテルFC | シーガル バドミントン | バドミントン | コルサリオ 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 | フラダンス 教室 | レディース フォークダンス | 剣翔館 | 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 | 9火 | | | | | | |
| 10水 | バスケットボール | | シンコースポーツ バスケットボール教室 | テニス | | | ソフトバレーボール・スポンジテニス | 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 | 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 | ヒデキッズ | 一般開放 | 10水 | | | | | | |
| 11木 | たんぼぼ会 テニス | バスケットボール | | 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 | はまなす会 ミニバレー | ミニバレー ミニテニス | SAFY | 一般開放 | 11木 | | | | | | |
| 12金 | バスケットボール | | SAMU サッカー | バドミントン | | | さつき・さくら こしの会 卓球 | 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 | シニア健康体操 教室 | 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 | あしゅら バレーボール | 一般開放 | 12金 | | | | | | |
| 13土 | バスケットボール | | ソプラティコ バスケットボールサークル | バドミントン | | | ソフトバレーボール スポンジテニス | 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 | 剣翔館 | 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 | シモンズ バスケット | ミス・ショット テニス | ミニバレー ミニテニス | 一般開放 | 13土 | | | | | | |
| 14日 | 会長杯バレーボール大会 | | バスケットボール | 会長杯バレーボール大会 | | テニス | 会長杯バレーボール大会 | | ソフトバレーボール スポンジテニス | シンコースポーツ ピラティス教室 | 一般開放 | | | 合気武道 | 一般開放 | | | 卓球 | ミニバレー・ミニテニス | SAMU サッカー | 一般開放 | 14日 | | | | | |
| 15月 | バスケットボール | | スバリソ バスケットボールサークル | テニス | | | パンピー テニスの会 | ソフトテニスOG会 審判講習会 | ソフトバレーボール スポンジテニス | 介護予防体操 教室 | シンコースポーツ ダンスエクササイズ | 一般開放 | 一般開放 | | | ダイエットヨガ 教室 | 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 | 15月 | | | | | |
| 16火 | 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 | 小樽YF 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 | フラダンス 教室 | レディース フォークダンス | 剣翔館 | 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 | 16火 | | | | | | |
| 17水 | バスケットボール | | シンコースポーツ バスケットボール教室 | バドミントン | | | ラソスFC サッカー | 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 | 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 | 17水 | | | | | |
| 18木 | ソフトテニス | | | はまなす会 ミニバレー | バドミントン | コルサリオ サッカー | 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 | ポピーの会 ミニバレー | ミニバレー ミニテニス | SAFY | 一般開放 | 18木 | | | | | | |
| 19金 | バスケットボール | | SAMU サッカー | バドミントン | | 後志 インテルFC | さつき・さくら こしの会 卓球 | 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 | シニア健康体操 教室 | 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 | あしゅら バレーボール | 一般開放 | 19金 | | | | | | |
| 20土 | バスケットボール | | | バドミントン | | | ソフトバレーボール スポンジテニス | ソフトテニス 花園クラブ | バレーボール | 一般開放 | 剣翔館 | 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 | シモンズ バスケット | ミス・ショット 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 | 20土 | | | | | | |
| 21日 | 小樽地区春季バスケットボール 大会 | | バスケットボール | 小樽地区春季バスケットボール 大会 | | バドミントン | バレーボール | | | シンコースポーツ ピラティス教室 | シンコースポーツ 日曜フラ教室 | 一般開放 | 合気武道 | 一般開放 | | | 卓球 | ミニバレー ミニテニス | 住友生命 ダンスイベント | SAMU サッカー | 一般開放 | 21日 | | | | | |
| 22月 | 杉の子クラブ バドミントン | バスケットボール | | シーガル バドミントン | バドミントン | | リフレ テニスの会 | ソフトバレーボール・スポンジテニス | 介護予防体操 教室 | シンコースポーツ ダンスエクササイズ | 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火 | バスケットボール | | | バドミントン | | コルサリオ 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 | フラダンス 教室 | レディース フォークダンス | 剣翔館 | 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水 | スポーツフェア | | | | | | 一般開放 | | | 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 | 24水 | | | | | | | |
| 25木 | テニス | | | ソフトテニス | | | ソフトバレーボール・スポンジテニス | | | シニア健康体操 教室 | 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 | おたる体操 ジュニアクラブ | 一般開放 | 25木 | | | | | | |
| 26金 | 整理日(休館) | | | | | | | | | | | | 整理日(休館) | | | | | | | | | | | | 26金 | | |
| 27土 | 小樽 ライジングスターズ | バスケットボール | ソプラティコ バスケットボールサークル | バドミントン | | | ソフトバレーボール・スポンジテニス | 大会準備 | | | 一般開放 | 剣翔館 | 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 | シモンズ バスケット | トイロ キッズトレーニング | ミニバレー ミニテニス | 一般開放 | 27土 | | | | | |
| 28日 | 小樽地区バドミントンABC大会 | | バスケットボール | 小樽地区バドミントンABC大会 | | バドミントン | 全後志地区少年柔道大会 | | 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 日曜フラ教室 | 一般開放 | 合気武道 | 一般開放 | | | 卓球 | ミニバレー ミニテニス | SAMU サッカー | SAFY | 一般開放 | 28日 | | | | | |
| 29月祝 | 小樽地区バドミントン高校春季国体予選 | | | | | | | | | | | | 一般開放 | | | シンコースポーツ ダンスエクササイズ | 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 | 一般開放 | 29月祝 | | |
| 30火 | フラワー会 スポンジテニス | バスケットボール | コルサリオ サッカー | シーガル バドミントン | バドミントン | 小樽YF 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 | おたる体操 ジュニアクラブ | 一般開放 | 剣翔館 | ヨガ 教室 | 一般開放 | | | 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 | 30火 | | | | | | |

*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て提示してください。
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。)

来館者の皆様へ

各種SNSのご紹介

ご登録よろしくお祈いします！

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、ロビーをお願いします。
- 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

2024年4月ご案内

指定管理者 シンコースポーツ北海道株式会社
〒047-0024 小樽市花園5丁目2番2号
TEL 33-3710 FAX 24-4334
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 |
|--|----------------|---|-------|--------------------------------|-----------------------------|----|
| ダンスエクササイズ教室 | 月曜日 | ①13:15~14:00 ②14:15~15:00 | 各回30名 | 健康な方。親子で参加も可能 | 1回700円 | |
| 1日、15日、29日 ①13:15~14:00『LIIT WORKOUT』 ②14:15~15:00『かんたんエアロ』 8日、22日 ①13:15~14:00『CIA-mix』 ②14:15~15:00『MARTIALONE』 | | | | | | |
| 初心者向けサッカー教室 | 火曜日 | 18:30~19:30 | 20名 | 小学1年生~小学6年生 | 月額2,000円 | |
| エンジョイサッカー教室 | 火曜日 | 19:40~20:40 | 10名 | 中学生~大人(初心者) | 1回700円 | |
| バスケットボール教室 | 10日、17日 | 18:00~20:00 | 25名 | 小学1年生~小学6年生 | 1回500円 | |
| キックボクシング教室 | 水曜日 | 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 | 火曜日 | 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、20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、12日、19日、27日 | 5日、12日、19日 19:00~20:00 27日(土) 18:00~19:00 | 20名 | 健康な方。親子で参加も可能 | 1回1,000円 | |
| ホリデーピラティス教室 | 7日、14日、21日 | 10:00~11:00 | 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 | 2日、9日、16日、23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、28日 | 13:30~15:00 | 20名 | 健康な方。親子で参加も可能 | 1回1,000円 | |
| ダイエットヨガ教室 | 1日、15日 | 19:00~20:00 | 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 | 8日、15日、22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 | |

お申し込みやご質問は、体育館にお問い合わせください。