

10月の使用予定(2024)

◎この表は予定です。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	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	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	SAFY	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	一般開放	1	火											
2	水	バスケットボール	シンコースポーツ サッカー教室	バドミントン	バドミントン	バドミントン	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	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	SAWA ジュニア	一般開放	2	水											
3	木	バスケットボール	小樽サンダーボーイズ バスケットボール	バドミントン	バドミントン	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	おたる体操 ジュニアクラブ	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	3	木											
4	金	バスケットボール	SAMU サッカー	バドミントン	バドミントン	バドミントン	さつき・さくら こしの会 卓球	バレーボール	長橋ジュニア バレーボール	一般開放	ノースビーチ	シンコースポーツ ピラティス教室	シンニア健康体操 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	SANYU バレーボール	一般開放	4	金										
5	土	NH争奪ミニバスケット大会																		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	朝里JBC バドミントン	トイロ キッズトレーニング	ソプラティコ バスケットボールサークル	一般開放	5	土		
6	日	同上																		シンコースポーツ ピラティス教室	シンコースポーツ フラダンス教室	一般開放	合気武道	一般開放	卓球	小樽レディースバドミントン 大会			SAMU サッカー	一般開放	6	日
7	月	バスケットボール	大会準備	シーガル バドミントン	バドミントン	バドミントン	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	一般開放	シンニア健康体操 教室	シンコースポーツ エクササイズ教室	シンコースポーツ HIPHOP教室	シンニアからだづくり 教室	一般開放	キックボクシング 交流会	卓球	ファンキーズ ミニテニス	ミニバレー ミニテニス	SAWA ジュニア	一般開放	7	月										
8	火	北海道高等学校文化連盟全道書道展・研究大会																		8	火											
9	水	同上																		9	水											
10	木	同上																		10	木											
11	金	同上																		11	金											
12	土	小樽地区空手道連盟	大会準備	小樽地区空手道連盟	大会準備	小樽地区空手道連盟	大会準備	小樽地区空手道連盟	大会準備	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 バスケットボール	コルサリオ サッカー	ソプラティコ バスケットボールサークル	一般開放	12	土												
13	日	みやび空手大会	バスケットボール	みやび空手大会	バドミントン	バドミントン	みやび空手大会	バレーボール	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 フラダンス教室	シンコースポーツ HIPHOP教室	合気武道	一般開放	卓球	朝里JBC バドミントン	SAMU サッカー	SAFY	一般開放	13	日											
14	月祝	スポーツの日																		14	月祝											
15	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	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	SAFY	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	15	火										
16	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	バドミントン	バドミントン	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	一般開放	シンコースポーツ キックボクシング教室	シンコースポーツ バランスボール教室	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	16	水										
17	木	バスケットボール	小樽サンダーボーイズ バスケットボール	はまなす会 ミニバレー	バドミントン	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	MIX スクール	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	おたる体操 ジュニアクラブ	一般開放	17	木										
18	金	バスケットボール	SAMU サッカー	バドミントン	バドミントン	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	大会準備	シンコースポーツ ベビーマッサージ教室	一般開放	シンコースポーツ ピラティス教室	シンニア健康体操 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	SANYU バレーボール	一般開放	18	金										
19	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	バドミントン	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	大会準備	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 バスケットボール	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	19	土										
20	日	小樽サンダーボーイズ 練習試合	バスケットボール	バドミントン	バドミントン	バドミントン	小樽全役志対抗柔道大会	バレーボール	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	一般開放	卓球	市長杯マさんバレーボール 大会			SAMU サッカー	一般開放	20	日										
21	月	バスケットボール	バドミントン	バドミントン	バドミントン	バドミントン	バレーボール	ソフトバレーボール スポンジテニス	大会準備	一般開放	シンコースポーツ エクササイズ教室	シンコースポーツ HIPHOP教室	シンニアからだづくり 教室	一般開放	シンコースポーツ キックボクシング教室	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	21	月										
22	火	フラワー会 スポンジテニス	小樽市教職員体育大会 バドミントン	シーガル バドミントン	バドミントン	バドミントン	すみれ・リラの会 卓球	小樽市教職員体育大会 バドミントン	小樽市教職員体育大会 バドミントン	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	22	火										
23	水	バスケットボール	バドミントン	バドミントン	バドミントン	バドミントン	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	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	23	水											
24	木	バスケットボール	バドミントン	バドミントン	バドミントン	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	MIX スクール	シンニア健康体操 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	SANYU バレーボール	一般開放	24	木										
25	金	整理日(休館)																		25	金											
26	土	第42回バドミントン小樽地区中学新人大会																		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 バスケットボール	コルサリオ サッカー	ソプラティコ バスケットボールサークル	一般開放	26	土
27	日	同上	スピナーズ	同上	バドミントン	バドミントン	同上	バレーボール	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 フラダンス教室	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	SAFY	一般開放	27	日											
28	月	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	バドミントン	バドミントン	バレーボール	SAWAジュニア バドミントン	SAWAジュニア バドミントン	一般開放	シンコースポーツ エクササイズ教室	HIPHOP教室	シンニアからだづくり 教室	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	28	月											
29	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	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	SAFY	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	29	火										
30	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	バドミントン	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	一般開放	シンコースポーツ キックボクシング教室	シンコースポーツ バランスボール教室	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	ミニバレー ミニテニス	一般開放	30	水											
31	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	バドミントン	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	大会準備	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	ヒデキッズ	一般開放	31	木										

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)

10月14日「スポーツの日」は無料開放

アリーナAコート=バスケットボール
アリーナBコート午前=体カテスト会、午後夜間=バドミントン
アリーナC=バレーボール
第1・2体育室=軽スポーツ

第3体育室=卓球
第4体育室=ソフトバレー、ミニバレー・ミニテニス
スポンジテニス
トレーニング室=トレーニング

お願い！ 大会等でご来館の際は、公共交通機関をご利用ください。

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
〒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

2024年10月ご案内

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	料金	備考
小学生向けHIPHOPダンス教室	7日、13日、21日、28日	①18:00~18:50 ②19:00~20:15	各回20名	①小学1~3年生 ②小学4~6年生	月額3,000円	
ママのためのバランスボール教室	16日、30日	10:00~10:45	各回11名	乳幼児ママ対象 お子様連れ大歓迎！	1回700円	
わらべうたベビーマッサージ教室	18日	10:00~11:00	各回20名	生後2か月~1歳前後のお子様と保護者の方	1回500円	
シニアからだづくり教室	7日、21日、28日	10:00~11:15	各回30名	市内在住の65歳以上の方	1回500円	
スタジオエクササイズ教室	7日、21日、28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500円	
	7日、21日			①13:15~14:00『LIIT WORKOUT』 ②14:15~15:00『かんたんエアロ』		
	28日			①13:15~14:00『CIA-mix』 ②14:15~15:00『肩こり腰痛改善体操』		
初心者向けサッカー教室	2日、15日、17日、22日、29日、31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	2日、15日、17日、22日、29日、31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	16日、30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	2日、16日、21日、23日、30日	初級 18:00~18:45 中級 19:00~19:45 上級・親子 20:00~20:45	各10名	小学1年生~大人	月額4,000円 または 1回1,500円	
シニア健康体操教室	4日、7日、18日、24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	1日、15日、22日、29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	5日、19日、26日	10:00~11:15	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	4日、18日	19:00~20:00	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	6日、13日、27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	1日、15日、22日、29日	10:30~11:30	20名	健康な方。親子で参加も可能	月額2,500円 または 1回700円	
日曜フラダンス教室	6日、13日、20日、27日	13:30~15:00	20名	健康な方。親子で参加も可能	1回1,000円	

お申込み、お問い合わせは体育館までお気軽にご連絡ください