

9月の使用予定(2025)

◎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。

		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				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			バレーボール			一般開放		シンコースポーツ HIPHOP教室	シニアからだづくり 教室	一般開放	シンコースポーツ お香ヨガ教室	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		1	月			
2	火	バスケットボール	小樽市教職員体育大会 バスケットボール		シーガル バドミントン	小樽市教職員体育大会 バスケットボール		ソフトバレーボール スポンジテニス	小樽市教職員体育大会 バスケットボール		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	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		2	火			
3	水	北照高校体育祭		バスケットボール	北照高校体育祭		クレフィア サッカー	杉の子クラブ バドミントン	北照高校 体育祭	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	シンコースポーツ バランスボール教室	一般開放		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		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		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 マダムススキップ	一般開放	合気武道	卓球	ボビーの会 ミニバレー	ミニバレー ミニテニス	MIX スクール	一般開放		4	木			
5	金	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	ソフトバレーボール・スポンジテニス	シンコースポーツ 女性向けヨガ教室	一般開放	ピラティス教室 ZUMBA教室	シニアからだづくり 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		一般開放		5	金				
6	土	市民スポーツ大会バドミントン (中学)		大会準備	市民スポーツ大会バドミントン (中学)		大会準備	市民スポーツ大会バドミントン (中学)		大会準備	シンコースポーツ 土曜ヨガ教室	一般開放	シンコースポーツ お香ヨガ教室	スポーツイベント		空手勲仁塾	卓球	スポーツイベント		ソブラティコ バスケットボールサークル	一般開放		6	土			
7	日	市民スポーツ大会兼全道クラス別ダンス競技会										シンコースポーツ ピラティス教室	日曜フラ教室 ZUMBA教室	小樽ブレイキン AL	同上		一般開放	卓球	同上		ミニバレー ミニテニス	一般開放		7	日		
8	月	バスケットボール	ソブラティコ 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			一般開放		シンコースポーツ HIPHOP教室	シニアからだづくり 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	ヒデキッズ	一般開放		8	月			
9	火	バスケットボール	ライジングスターズ バスケットボール		シーガル バドミントン	バドミントン	クレフィア サッカー	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	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		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		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		一般開放		10	水			
11	木	バスケットボール			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		11	木			
12	金	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	バレーボール		シンコースポーツ 女性向けヨガ教室	一般開放	ピラティス教室 ZUMBA教室	シニアからだづくり 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		一般開放		12	金			
13	土	市民スポーツ大会 バスケットボール		大会準備	市民スポーツ大会 バスケットボール		大会準備	市民スポーツ大会 バスケットボール		大会準備	一般開放	剣翔館	大会準備	シンコースポーツ 土曜ヨガ教室	リズムスキップ ダンス	大会準備	卓球	大会準備	ミニバレー・ミニテニス		大会準備	一般開放	大会準備	13	土		
14	日	スポーツフェスティバル		バスケットボール	スポーツフェスティバル		バドミントン	スポーツフェスティバル		バドミントン	スポーツフェスティバル		小樽ブレイキン AL	スポーツフェスティバル		一般開放	卓球	スポーツフェスティバル		ソブラティコ バスケットボールサークル	一般開放	一般開放	14	日			
15	月祝	市民スポーツ大会卓球		バスケットボール	市民スポーツ大会卓球		バドミントン	市民スポーツ大会卓球		ソフトバレーボール スポンジテニス	一般開放		一般開放		シンコースポーツ お香ヨガ教室	卓球	ミニバレー ミニテニス	トイロ キックトレーニング	ミニバレー ミニテニス	一般開放		15	月祝				
16	火	バスケットボール			シーガル 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		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	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	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		クレフィア 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		シンコースポーツ キックボクシング教室	市教委主催 バランスボール教室	一般開放		卓球	ひまわり会 ミニテニス	ミニバレー・ミニテニス		一般開放		17	水			
18	木	バスケットボール	ライジングスターズ バスケットボール		はまなす会 ミニバレー	バドミントン		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		シンコースポーツ ベビマ&ヨガ教室	一般開放	剣翔館	モダンダンス マダムススキップ	一般開放	合気武道	卓球	ボビーの会 ミニバレー	ミニバレー ミニテニス	ヒデキッズ	一般開放		18	木			
19	金	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	バレーボール		シンコースポーツ 女性向けヨガ教室	一般開放	ピラティス教室 ZUMBA教室	シニアからだづくり 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	サンキッズ スポーツ	一般開放		19	金			
20	土	市民スポーツ大会バスケットボール										一般開放		シンコースポーツ お香ヨガ教室	一般開放	リズムスキップ ダンス	空手勲仁塾	卓球	シンコースポーツ サッカー教室	ミニバレー ミニテニス	ソブラティコ バスケットボールサークル	一般開放		20	土		
21	日	同上										シンコースポーツ ピラティス教室	日曜フラ教室 ZUMBA教室	小樽ブレイキン AL	合気武道	一般開放		卓球	市長杯ママさんバレーボール 大会		MIX スクール	一般開放		21	日		
22	月	バスケットボール			シーガル 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		シンコースポーツ HIPHOP教室	シニアからだづくり 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		22	月			
23	火祝	市民スポーツ大会バドミントン (小学)		SAFY	市民スポーツ大会バドミントン (小学)		バドミントン	バレーボール			シンコースポーツ フラダンス教室	一般開放		一般開放			卓球	ミニバレー・ミニテニス			一般開放		23	火祝			
24	水	シルバースポーツ大会										一般開放		シンコースポーツ キックボクシング教室	市教委主催 バランスボール教室	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		24	水		
25	木	バスケットボール	ライジングスターズ バスケットボール		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	山田 エアロの会	一般開放	剣翔館	モダンダンス マダムススキップ	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	あしゆら バレーボール	一般開放		25	木			
26	金	整理日（休館）										整理日（休館）														26	金
27	土	ならバド小樽大会 バドミントン		バスケットボール	ならバド小樽大会 バドミントン		バドミントン	ならバド小樽大会 バドミントン		バドミントン	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	ならバド小樽大会 バドミントン		ソブラティコ バスケットボールサークル	一般開放		27	土			
28	日	バスケットボール			バドミントン			市民スポーツ大会柔道		バレーボール	シンコスポーツ ピラティス教室	一般開放	小樽ブレイキン AL	合気武道	一般開放		卓球	ミニバレー ミニテニス	トイロ キックトレーニング	おたる体操 ジュニアクラブ	一般開放		28	日			
29	月	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 HIPHOP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	ヒデキッズ	一般開放		29	月			
30	火	バスケットボール	SAFY		シーガル 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		SAWA ジュニア	一般開放	レディース フォークダンス	剣翔館	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		30	火			

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掲示してください。
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。

9月15日～9月21日までは「敬老（老人）週間」のため、
70歳以上の方は入館料無料になります。

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

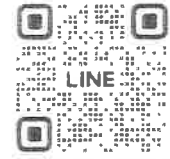
Instagram



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

2025年9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	料金	備考
ZUMBA教室	5日、7日、12日、19日、21日、	金20:10～20:40 日15:30～16:15	各回20名	健康な方。親子で参加も可能	金 1回500円 日 1回700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 33-3710 Instagram @otarusoutai
ママと赤ちゃん応援教室 (ベビーマッサージ&ヨガ)	18日	10:00～11:30	各回20名 要予約	生後2か月～2歳前後のお子様と保護者の方	1回1,000円	
シニアからだづくり教室	1日、5日、8日、12日、19日、22日	10:00～11:00	各回30名	市内在住の65歳以上の方	1回500円	
HIPHOPダンス教室	1日、8日、22日、29日	①18:00～18:50 ②19:00～20:15	各回20名	①小学1～3年生 ②小学4～中学3年生	月額3,000円 または 1回1,000円	
火曜フラダンス教室	2日、9日、16日、23日	10:00～11:30	20名	健康な方。親子で参加も可能	1回1,000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	
初心者向けサッカー教室	2日、9日、16日、20日、30日	2日、9日、16日、30日 18:30～19:30 20日(土) 9:30～10:30	20名	小学1年生～小学6年生 (初心者)	月額2,000円	
エンジョイサッカー教室	2日、9日、16日、20日、30日	2日、9日、16日、30日 19:40～20:40 20日(土) 10:45～11:45	10名	中学生～大人(初心者)	1回700円	
50代からのバランスボール教室	3日、10日、17日、24日	10:00～10:40	各回10名 要予約	50歳以上の健康な方	1回700円	
ママのためのバランスボール教室	3日、10日	11:00～11:40	各回10名 要予約	乳幼児ママ対象 お子様連れ大歓迎！	1回700円	
バスケットボール教室	10日、17日	18:00～20:00	20名	小学1年生～小学6年生	1回500円	
金曜ピラティス教室	5日、12日、19日	18:50～19:50	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、21日、28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	10:00～11:15	20名	健康な方。親子で参加も可能	1回1,000円	
お香ヨガ教室	1日、6日、15日、20日	土18:30～19:30 月19:00～20:00	各回20名	18歳以上の健康な方 ヨガマットは貸し出します	1回1,000円	
女性のためのヨガ教室	5日、12日、19日	10:00～11:00	20名	18歳以上の健康な女性 ヨガマットは貸し出します	1回700円	
キックボクシング教室	3日、10日、17日、24日	初級 19:00～19:45 中級以上 20:00～20:45	20名	小学1年生～大人	月額4,000円 または 1回1,500円	