

10 月の使用予定(2026)

◎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	木	バスケットボール			はまなす会 ミニバレー			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			小樽開発建設部 フットサル			一般開放			モダンダンス マダムスキップ			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			1	木																								
2	金	バスケットボール			バドミントン			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			SAMU サッカー			シンコースポーツ 女性向けヨガ教室			一般開放			シンコースポーツ 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			バレーボール			一般開放			2	金																		
3	土	3B体操 北海道支部の集い			バスケットボール			3B体操 北海道支部の集い			バドミントン			3B体操 北海道支部の集い			バドミントン			アタラヨ ダンス			剣翔館			一般開放			ヨガ リムセ			一般開放			空手勲仁塾			卓球			カナール サッカー			ミニバレー ミニテニス			ソプラティコ バスケボールサークル			一般開放			3	土															
4	日	少年少女空手道大会 市民スポーツ大会			バスケットボール			少年少女空手道大会 市民スポーツ大会			バドミントン			少年少女空手道大会 市民スポーツ大会			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			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			小樽レディースバドミントン 大会			ミニバレー ミニテニス			一般開放			4	日																					
5	月	バスケットボール			小樽トレセン サッカー			バドミントン			小樽トレセン サッカー			ソフトバレーボール・スポンジテニス			カナール サッカー			一般開放			シンコースポーツ ストリートダンス教室			シニアからだづくり 教室			一般開放			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			5	月																								
6	火	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			バレーボール			SAFY			シンコースポーツ 火曜フラ教室			レディース フォークダンス			長橋練武会			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			6	火																		
7	水	バスケットボール			杉の子クラブ 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			シンコースポーツ バランスボール教室			一般開放			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			7	水																								
8	木	バスケットボール			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			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			小樽コルサリオ サッカー			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			翔 ミニバレー			ミニバレー ミニテニス			MIX スクール			一般開放			8	木												
9	金	バスケットボール			バドミントン			バドミントン			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			SAMU サッカー			シンコースポーツ 女性向けヨガ教室			一般開放			シンコースポーツ ZUMBA教室			シニアからだづくり 教室			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			9	金																		
10	土	尾山カップ																								一般開放			剣翔館			シンコースポーツ お香ヨガ教室			ヨガ リムセ			リズムスキップ ダンス			一般開放			卓球			カナール サッカー			SAWAジュニア バドミントン			ソプラティコ バスケボールサークル			一般開放			10	土									
11	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 ZUMBA教室			小樽ブレイキン AL			合気武道			一般開放			シンコースポーツ ストリートダンス教室			卓球			市民大会ラジオ体操			トイロ キッズトレーニング			おたる体操 ジュニアクラブ			一般開放			11	日									
12	月祝	スポーツの日																																																									12	月祝									
13	火	バスケットボール			小樽コルサリオ サッカー			シーガル バドミントン			バドミントン			SAWAジュニア バドミントン			バレーボール			SAFY			シンコースポーツ 火曜フラ教室			レディース フォークダンス			長橋練武会			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			13	火															
14	水	バスケットボール			市主催 バスケットボール教室			杉の子クラブ 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			市主催 バランスボール教室			一般開放			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			14	水																					
15	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			小樽開発建設部 フットサル			シンコースポーツ エアロ教室			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			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			15	木															
16	金	バスケットボール			大会準備			バドミントン			大会準備			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 女性向けヨガ教室			一般開放			シンコースポーツ ZUMBA教室			シニアからだづくり 教室			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			16	金															
17	土	雅 空手大会			バスケットボール			雅 空手大会			バドミントン			雅 空手大会			ソフトバレーボール スポンジテニス			シンコースポーツ こどもフラ教室			剣翔館			シンコースポーツ お香ヨガ教室			ヨガ リムセ			リズムスキップ ダンス			一般開放			卓球			カナール サッカー			トイロ キッズトレーニング			バスケボールサークル			一般開放			17	土															
18	日	第50回市長杯小樽ママさん バレーボール大会			バスケットボール			ママさんバレー 市長杯			バドミントン			バレーボール			市民スポーツ大会 剣道			小樽ブレイキン AL			合気武道			日曜フラ教室 ZUMBA教室			一般開放			卓球			市民スポーツ大会 剣道			ミニバレー ミニテニス			一般開放			18	日																								
19	月	バスケットボール			小樽トレセン サッカー			バドミントン			小樽トレセン サッカー			バレーボール			カナール サッカー			一般開放			シンコースポーツ ストリートダンス教室			シニアからだづくり 教室			一般開放			卓球			ミニバレー・ミニテニス			一般開放			19	月																											
20	火	バスケットボール			小樽コルサリオ サッカー			シーガル バドミントン			バドミントン			レガリス サッカー			ソフトバレーボール・スポンジテニス			SAFY			一般開放			レディース フォークダンス			一般開放			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			20	火															
21	水	バスケットボール			SAWAジュニア バドミントン			杉の子クラブ バドミントン			バドミントン			バドミントン			一般開放			市主催 バランスボール教室			一般開放			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			おたる体操 ジュニアクラブ			一般開放			21	水																								
22	木	バスケットボール			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			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			ヒデキッズ			一般開放			22	木												
23	金	バスケットボール			バドミントン			バドミントン			サンキッズ スポーツ			さくら こしの会 卓球			ソフトテニス 花園クラブ			SAMU サッカー			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			MIX スクール			一般開放			23	金												
24	土	第45回小樽地区バドミントン中学新人大会																								シンコースポーツ こどもフラ教室			剣翔館			シンコースポーツ ストリートダンス教室			ヨガ リムセ			リズムスキップ ダンス			空手勲仁塾			卓球			カナール サッカー			小樽コルサリオ サッカー			おたる体操 ジュニアクラブ			一般開放			24	土									
25	日	同上			ソプラティコ バスケットボールサークル			同上			バドミントン			同上			バレーボール			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			第53回北海道居合道大会			SAFY			一般開放			25	日																					
26	月	整理日（休館）																																																												26	月						
27	火	バスケットボール			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			小樽市教職員体育大会 バドミントン			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 バドミントン			シンコースポーツ 火曜フラ教室			レディース フォークダンス			一般開放			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			27	火																		
28	水	キッズコーポレーション			市主催 バスケットボール教室			キッズコーポレーション			SAWAジュニア バドミントン			キッズコーポレーション			おたる体操 ジュニアクラブ			一般開放			一般開放			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			28	水																					
29	木	全日本シニアバドミントン選手権大会																																																												29	木						
30	金	同上																																																															30	金			
31	土	同上																																																																		31	土

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表示してください。
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12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

2026年10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
リニューアル！！ ストリートダンス教室	5日、11日(日)、 19日、24日(土)	①18:00～18:50 ②18:55～19:45 ③19:50～20:50	各回20名	①低学年(入門) ②高学年(初級) ③中学生以上(初中級)	月額 3,000円 または 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 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)	9日	13:30 ～ 15:00	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	
お香ヨガ教室	10日、17日	18:45 ～ 19:45	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	
ZUMBA教室	2日、4日、9日、 11日、16日、18日、 23日、25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	
かんたんエアロ教室	15日	10:00 ～ 11:00	20名	健康な方。親子で参加も 可能	1回 500円	
シニアからだづくり教室	2日、5日、 9日、16日、 19日、23日	10:00 ～ 11:00	各回30名	市内在住の65歳以上の 方	1回 500円	
こどもフラダンス教室	17日、24日	10:00 ～ 10:40	各回10名	4歳～小学6年生。親子で 参加も可能	1回 500円	
火曜フラダンス教室	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	
日曜フラダンス教室	4日、18日、 25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	6日、13日、 20日、27日	18:30 ～ 19:30	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	6日、13日、 20日、27日	19:40 ～ 20:40	10名	中学生～大人(初心者)	1回 700円	
基本のバランス ボール教室	7日	11:00 ～ 11:40	各回12名 要予約	健康な方などなくても、産 後ママのお子様連れも大 歓迎	1回 700円	
50代からの バランスボール教室	7日、14日、 21日	10:00 ～ 10:40	各回12名 要予約	50歳以上の健康な方	1回 700円	
ピラティス教室	23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	4日、11日、 25日	9:30 ～ 10:30	20名	健康な方。親子で参加も 可能	1回 1,000円	
女性のためのヨガ教 室	2日、9日、 16日、23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	