

12 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                 |      |    | 午前   | 午後 | 夜間 |    |   |
| 1  | 月 | バスケットボール                    |               |                        | バドミントン              |                |                    | 小樽トレセン<br>サッカー       | リフレ<br>テニスの会         | ソフトテニス<br>女子クラブ      | 小樽トレセン<br>サッカー       | 一般開放               |                      |                      | シンコースポーツ<br>HIPHOP教室   | シニアからだづくり<br>教室       | 一般開放              |                    |                   | 卓球                | お香ヨガ<br>教室       | ミニバレー・ミニテニス            |                        |                        | おたる体操<br>ジュニアクラブ   | 一般開放 |    |      | 1  | 月  |    |   |
| 2  | 火 | バスケットボール                    |               |                        | シーガル<br>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<br>火曜フラ教室   | レディース<br>フォークダンス     | 剣翔館                    |                       |                   | 一般開放               |                   |                   | 空手勲仁塾            | 卓球                     | 翔<br>ミニバレー             | アドバン<br>テニス            | シンコースポーツ<br>サッカー教室 | 一般開放 |    |      | 2  | 火  |    |   |
| 3  | 水 | バスケットボール                    |               | 小樽<br>ラグビースクール         | バドミントン              |                |                    | クレフィア<br>サッカー        | 杉の子クラブ<br>バドミントン     | ソフトバレーボール<br>スポンジテニス | おたる体操<br>ジュニアクラブ     | 一般開放               |                      |                      | シンコースポーツ<br>キックボクシング教室 | シンコースポーツ<br>バランスボール教室 | 一般開放              |                    |                   | 卓球                | ひまわり会<br>ミニテニス   | ミニバレー<br>ミニテニス         | ヒデキッズ                  |                        |                    | 一般開放 |    |      | 3  | 水  |    |   |
| 4  | 木 | ソフトテニス                      |               |                        | テニス                 |                |                    | 萩の会・やなぎ会<br>卓球       |                      |                      | ソフトバレーボール・スポンジテニス    | 山田<br>エアロの会        |                      |                      | 一般開放                   | 剣翔館                   |                   |                    | モダンダンス<br>マダムスキップ | 一般開放              | 合気武道             | 卓球                     | はまなす会<br>ミニバレー         | ミニバレー<br>ミニテニス         | MIX<br>スクール        | 一般開放 |    |      | 4  | 木  |    |   |
| 5  | 金 | バスケットボール                    |               | サンキッズ<br>スポーツ          | バレーボール              |                |                    | さつき・さくら<br>こしの会 卓球   | ソフトテニス<br>花園クラブ      | SAMU<br>サッカー         | 一般開放                 |                    |                      | シンコースポーツ<br>ZUMBA教室  | シニアからだづくり<br>教室        | 一般開放                  | 空手敬天塾             | 女性ヨガ<br>教室         | 卓球                | シャトルクラブ<br>バドミントン | ミニバレー・ミニテニス      |                        |                        | 一般開放                   |                    |      | 5  | 金    |    |    |    |   |
| 6  | 土 | 小樽支部高校新人戦<br>ソフトテニス         |               | バスケットボール               | 小樽支部高校新人戦<br>ソフトテニス |                |                    | バドミントン               | 小樽支部高校新人戦<br>ソフトテニス  |                      |                      | AMAZE<br>バトンサークル   | 一般開放                 |                      |                        | シンコースポーツ<br>土曜ヨガ教室    | リズムスキップ<br>ダンス    | 空手勲仁塾              | 卓球                | お香ヨガ<br>教室        | ミス・ショット<br>テニス   | 稲穂<br>スラッカーズ           | ソプラティコ<br>バスケットボールサークル | 一般開放                   |                    |      | 6  | 土    |    |    |    |   |
| 7  | 日 | 第52回全道選抜小樽インドアソフトテニス大会      |               |                        |                     |                |                    |                      |                      |                      |                      |                    | シンコースポーツ<br>ピラティス教室  | 日曜フラ教室<br>ZUMBA教室    | 小樽ブレイキン<br>AL          | 合気武道                  | 一般開放              |                    |                   | 卓球                | 手稲西<br>ミニバス      | SAMU<br>サッカー           | ミニバレー<br>ミニテニス         | 一般開放                   |                    |      | 7  | 日    |    |    |    |   |
| 8  | 月 | バスケットボール                    |               | SAWAジュニア<br>バドミントン     | バドミントン              |                |                    | 小樽トレセン<br>サッカー       | ソフトバレーボール<br>スポンジテニス | ソフトテニスOG会<br>審判講習会   | 小樽トレセン<br>サッカー       | 一般開放               |                      |                      | シンコースポーツ<br>HIPHOP教室   | シニアからだづくり<br>教室       | 一般開放              |                    |                   | 卓球                | ミニバレー・ミニテニス      |                        |                        | おたる体操<br>ジュニアクラブ       | 一般開放               |      |    | 8    | 月  |    |    |   |
| 9  | 火 | バスケットボール                    |               |                        | シーガル<br>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<br>火曜フラ教室   | レディース<br>フォークダンス     | 剣翔館                    |                       |                   | 一般開放               |                   | 空手勲仁塾             | 卓球               | 翔<br>ミニバレー             | ミニバレー<br>ミニテニス         | シンコースポーツ<br>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<br>バスケットボール教室 | バドミントン              |                |                    | 小樽<br>ラグビースクール       | 杉の子クラブ<br>バドミントン     | ソフトバレーボール<br>スポンジテニス | おたる体操<br>ジュニアクラブ     | 一般開放               |                      |                      | シンコースポーツ<br>キックボクシング教室 | シンコースポーツ<br>バランスボール教室 | 一般開放              |                    |                   | 卓球                | ひまわり会<br>ミニテニス   | ミニバレー<br>ミニテニス         | ヒデキッズ                  |                        |                    | 一般開放 |    |      | 10 | 水  |    |   |
| 11 | 木 | たんぽぽ会<br>テニス                | テニス           |                        |                     | はまなす会<br>ミニバレー | バレーボール             |                      |                      | 萩の会・やなぎ会<br>卓球       | ソフトバレーボール・スポンジテニス    | 山田<br>エアロの会        | 一般開放                 | 剣翔館                  |                        | モダンダンス<br>マダムスキップ     | 一般開放              | 合気武道               | 卓球                | ポピーの会<br>ミニバレー    | ミニバレー<br>ミニテニス   | MIX<br>スクール            |                        |                        | 一般開放               |      |    | 11   | 木  |    |    |   |
| 12 | 金 | テニス                         |               |                        | ソフトテニス              |                |                    | さつき・さくら<br>こしの会 卓球   | ソフトテニス<br>花園クラブ      | SAMU<br>サッカー         | シンコースポーツ<br>女性向けヨガ教室 | 一般開放               | ピラティス教室<br>ZUMBA教室   | シニアからだづくり<br>教室      | 一般開放                   | 空手敬天塾                 | 卓球                | シャトルクラブ<br>バドミントン  | ミニバレー・ミニテニス       |                   |                  | 一般開放                   |                        |                        | 12                 | 金    |    |      |    |    |    |   |
| 13 | 土 | 小樽市フットサルカーニバル               |               |                        |                     |                |                    |                      |                      |                      |                      |                    | シンコースポーツ<br>こどもフラ教室  | 剣翔館                  | 一般開放                   | シンコースポーツ<br>土曜ヨガ教室    | リズムスキップ<br>ダンス    | 空手勲仁塾              | 卓球                | 小樽市フットサルカーニバル     |                  |                        | ソプラティコ<br>バスケットボールサークル | 一般開放                   |                    |      | 13 | 土    |    |    |    |   |
| 14 | 日 | 同上                          |               | バスケットボール               | 同上                  |                |                    | バレーボール               | 同上                   |                      |                      | AMAZE<br>バトンサークル   | シンコースポーツ<br>ピラティス教室  | シンコースポーツ<br>日曜フラ教室   | 一般開放                   | 合気武道                  | 一般開放              |                    |                   | 卓球                | 小樽<br>ラグビースクール   | SAMU<br>サッカー           | ミニバレー<br>ミニテニス         | 一般開放                   |                    |      | 14 | 日    |    |    |    |   |
| 15 | 月 | バスケットボール                    |               | 小樽トレセン<br>サッカー         | バレーボール              |                |                    | 小樽トレセン<br>サッカー       | リフレ<br>テニスの会         | ソフトテニス<br>女子クラブ      | ソフトバレーボール<br>スポンジテニス | 一般開放               |                      |                      | シンコースポーツ<br>HIPHOP教室   | シニアからだづくり<br>教室       | 一般開放              | シンコースポーツ<br>お香ヨガ教室 | 卓球                | ミニバレー・ミニテニス       |                  |                        | おたる体操<br>ジュニアクラブ       | 一般開放                   |                    |      | 15 | 月    |    |    |    |   |
| 16 | 火 | ソフトテニス                      |               |                        | シーガル<br>バドミントン      | テニス            |                    |                      | 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<br>火曜フラ教室   | レディース<br>フォークダンス     | 剣翔館                    |                       |                   | 一般開放               |                   | 空手勲仁塾             | 卓球               | 翔<br>ミニバレー             | アドバン<br>テニス            | シンコースポーツ<br>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<br>バスケットボール教室 | バドミントン              |                |                    | クレフィア<br>サッカー        | 杉の子クラブ<br>バドミントン     | ソフトバレーボール<br>スポンジテニス | おたる体操<br>ジュニアクラブ     | 一般開放               |                      |                      | シンコースポーツ<br>キックボクシング教室 | シンコースポーツ<br>バランスボール教室 | 一般開放              |                    |                   | 卓球                | ひまわり会<br>ミニテニス   | ミニバレー<br>ミニテニス         | ヒデキッズ                  |                        |                    | 一般開放 |    |      | 17 | 水  |    |   |
| 18 | 木 | 明峰高校体育大会                    |               |                        |                     |                |                    |                      |                      |                      |                      |                    | 一般開放                 |                      |                        | 剣翔館                   | モダンダンス<br>マダムスキップ | 一般開放               | 合気武道              | ママ<br>心技<br>教室    | 卓球               | シャトルクラブ<br>バドミントン      | ミニバレー<br>ミニテニス         | シンコースポーツ<br>キックボクシング教室 | 一般開放               |      |    | 18   | 木  |    |    |   |
| 19 | 金 | 同上                          |               | バスケットボール               | 同上                  |                |                    | バドミントン               | 同上                   |                      |                      | SAMU<br>サッカー       | シンコースポーツ<br>女性向けヨガ教室 | 一般開放                 | シンコースポーツ<br>ピラティス教室    | シニアからだづくり<br>教室       | 一般開放              | 空手敬天塾              | 卓球                | シャトルクラブ<br>バドミントン | ミニバレー<br>ミニテニス   | シンコースポーツ<br>キックボクシング教室 | 一般開放                   |                        |                    | 19   | 金  |      |    |    |    |   |
| 20 | 土 | 令和7年度北海道学生選抜インドアソフトテニス選手権大会 |               |                        |                     |                |                    |                      |                      |                      |                      |                    | シンコースポーツ<br>こどもフラ教室  | 剣翔館                  | シンコースポーツ<br>お香ヨガ教室     | シンコースポーツ<br>土曜ヨガ教室    | リズムスキップ<br>ダンス    | 空手勲仁塾              | 卓球                | ミニバレー・ミニテニス       |                  |                        | ソプラティコ<br>バスケットボールサークル | 一般開放                   |                    |      | 20 | 土    |    |    |    |   |
| 21 | 日 | 小樽総合卓球選手権                   |               | AMAZE<br>バトンサークル       | 小樽総合卓球選手権           |                |                    | バレーボール               | 小樽総合卓球選手権            |                      |                      | おたる体操<br>ジュニアクラブ   | シンコースポーツ<br>ピラティス教室  | 日曜フラ教室<br>ZUMBA教室    | 小樽ブレイキン<br>AL          | 合気武道                  | 一般開放              |                    |                   | 卓球                | 剣道納会             |                        | SAMU<br>サッカー           | Bスリー<br>バスケットボール       | 一般開放               |      |    | 21   | 日  |    |    |   |
| 22 | 月 | 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    |                      |                      | 一般開放                 |                    |                      | シンコースポーツ<br>HIPHOP教室 | 一般開放                   |                       |                   | 卓球                 |                   |                   | 杉の子クラブ<br>バドミントン |                        |                        | ミニバレー<br>ミニテニス         | ヒデキッズ              |      |    | 一般開放 |    |    | 22 | 月 |
| 23 | 火 | バスケットボール                    |               |                        | シーガル<br>バドミントン      | バドミントン         | SAWAジュニア<br>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<br>火曜フラ教室 | レディース<br>フォークダンス     | 剣翔館                  |                        |                       | 一般開放              |                    | 空手勲仁塾             | 卓球                | 翔<br>ミニバレー       | ミニバレー<br>ミニテニス         | シンコースポーツ<br>サッカー教室     |                        |                    | 一般開放 |    |      | 23 | 火  |    |   |
| 24 | 水 | 整理日（休館）                     |               |                        |                     |                |                    |                      |                      |                      |                      |                    | 整理日（休館）              |                      |                        |                       |                   |                    |                   |                   |                  |                        |                        |                        |                    |      |    |      |    | 24 | 水  |   |
| 25 | 木 | たんぽぽ会<br>テニス                | テニス協会<br>ジュニア | 大会準備                   | はまなす会<br>ミニバレー      | バドミントン         | 大会準備               | ソフトバレーボール<br>スポンジテニス | ソフトテニスOG会<br>審判講習会   | 大会準備                 | シンコースポーツ<br>エアロ教室    | 一般開放               | 剣翔館                  | モダンダンス<br>マダムスキップ    | 一般開放                   | 合気武道                  | 卓球                | 北星学園女子バドミントン部      |                   |                   | MIX<br>スクール      | 一般開放                   |                        |                        | 25                 | 木    |    |      |    |    |    |   |
| 26 | 金 | 中学バスケットボール新人大会南北海道大会        |               |                        |                     |                |                    |                      |                      |                      |                      |                    | シンコースポーツ<br>女性向けヨガ教室 | 一般開放                 | ピラティス教室<br>ZUMBA教室     | 一般開放                  |                   | 空手敬天塾              | 卓球                | シャトルクラブ<br>バドミントン | technic<br>サッカー  | おたる体操<br>ジュニアクラブ       | 一般開放                   |                        |                    | 26   | 金  |      |    |    |    |   |
| 27 | 土 | 同上                          |               |                        |                     |                |                    |                      |                      |                      |                      |                    | 一般開放                 |                      |                        | シンコースポーツ<br>土曜ヨガ教室    | リズムスキップ<br>ダンス    | 一般開放               | 卓球                | ミス・ショット<br>テニス    | 稲穂<br>スラッカーズ     | ソプラティコ<br>バスケットボールサークル | 一般開放                   |                        |                    | 27   | 土  |      |    |    |    |   |
| 28 | 日 | 同上                          |               |                        |                     |                |                    |                      |                      |                      |                      |                    | 一般開放                 | シンコースポーツ<br>ZUMBA教室  | 小樽ブレイキン<br>AL          | 合気武道                  | 一般開放              |                    |                   | 卓球                | 小樽<br>ラグビースクール   | SAMU<br>サッカー           | Bスリー<br>バスケットボール       | 一般開放                   |                    |      | 28 | 日    |    |    |    |   |
| 29 | 月 | 休館日                         |               |                        |                     |                |                    |                      |                      |                      |                      |                    | 休館日                  |                      |                        |                       |                   |                    |                   |                   |                  |                        |                        | 休館日                    |                    |      |    |      |    | 29 | 月  |   |
| 30 | 火 | 休館日                         |               |                        |                     |                |                    |                      |                      |                      |                      |                    | 休館日                  |                      |                        |                       |                   |                    |                   |                   |                  |                        |                        | 休館日                    |                    |      |    |      |    | 30 | 火  |   |
| 31 | 水 | 休館日                         |               |                        |                     |                |                    |                      |                      |                      |                      |                    | 休館日                  |                      |                        |                       |                   |                    |                   |                   |                  |                        |                        | 休館日                    |                    |      |    |      |    | 31 | 水  |   |

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。）

小中学生が一般開放で使用する場合は無料です。

お願い！ 上靴と外靴をしまう袋をご持参ください。