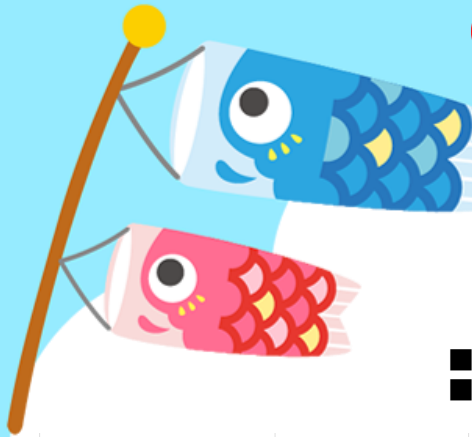




### GWも営業しています！

ぜひ皆様でご利用ください♪



#### 軽運動室③(卓球常設)

券種	1回の利用時間	料金(税込)
1回券	1時間	240円
回数券(12回)	1時間	2,400円

- 入室される方は室内用シューズが必要です。 ■予約不可。先着順。
- 小学生以下の方のみでの利用は出来ません。保護者同伴が必要です。また、中学生は18時以降、保護者同伴が必要です。

#### トレーニング室

券種	1回の利用制限	料金(税込)
1回券	3時間以内	590円
回数券(12回)	3時間以内	5,900円
定期券(1ヶ月)	無制限	3,550円
定期券(3ヶ月)	無制限	10,600円
ランニングコース	3時間以内	110円

- 高校生以上利用可。
- 室内用シューズが必要です。
- トレーニング器具の持ち込みはご遠慮ください。
- その他、詳細については初回利用時にご案内がございます。



#### 定期教室

	定期申込	都度受講
45分教室	800円×回数分	1,100円
60分教室	900円×回数分	1,300円
少人数教室	1,800円×回数分	2,300円
キッズラボ	880円×回数分	—

- 詳しい日程につきましては別紙「教室日程表」をご確認ください。
- 回数券(6回・12回)も販売しています。
- 定員がある為、都度受講の際には電話にて予約をおすすめします。



毎月第三火曜日が休館日です。5月は19日(火)が休館日です。

定期教室  
PICK UP!



#### バレトン③

#### ヨガ③

①10:00~10:45 ②11:00~12:00

バレトンは、音楽に合わせて自分の体力に合わせてながら心肺機能の向上を目指します！

ヨガは、肩回りの血流改善や下肢のトレーニング要素などを取り入れたヨガエクササイズです。

#### エアロビクス

①14:00~15:00

音楽に合わせて、いろいろな動きを組み合わせて踊る有酸素運動♪最後約15分はストレッチも行います！

#### 肩甲骨ヨガ

②18:45~19:45

肩や背骨にアプローチしながら、肩回りの不具合解消を目指します！初心者の方にもおすすめです♪

# 【5月の主な行事予定】

2026年4月12日時点

都合により予定が変更されることもありますので、詳細については各大会主催者にお問合せください。

- 2日(土) 高円宮杯U-18ユースサッカーリーグ(芝) 山頭火杯ソフトテニス大会(テ)
- 3日(日) 一宮杯中学校男子バドミントン大会(体) 九州山口医科学生大会(野)  
山口維新サッカーフェスティバル(芝) 山口県ジュニアテニス選手権大会(テ)  
県外一般女子ソフトボール大会(多)
- 4日(月) 第21回伊崎杯争奪卓球大会(一般・シニア・高校)(体)  
山口維新サッカーフェスティバル(芝) 山口県ジュニアテニス選手権大会(テ)
- 5日(火) 第21回伊崎杯争奪卓球大会(中学・小学)(体) 中学校クラブチーム交流大会(野)  
山口維新サッカーフェスティバル(芝)
- 6日(水) 中学校クラブチーム交流大会(野)
- 9日(土) 日本選手権中国予選(野) パワーアップサッカーリーグ(芝)
- 10日(日) 第15回ほうふ日報春季バレーボール大会(体) 第9回山口県社会人バスケットリーグ・第1節(体)  
第59回中国五県軟式野球大会市内予選C級(野) 防府市春季陸上競技記録会Ⅱ(陸)  
山口県少年サッカー選手権防府予選①(芝) 市民春季シングルス大会(テ)  
理事長杯争奪ソフトボール大会(B級)(多)
- 13日(水) 第294回ウチダスポーツダブルス卓球大会(体) 第112回防府市グラウンドゴルフ大会(運)
- 16日(土) 第46回山口県知事杯争奪山口県私立高等学校野球大会(野) 令和8年度古希野球大会(多)  
山口県少年サッカー選手権防府予選②(芝) 防府オープンテニストーナメント(テ)
- 17日(日) 全日本卓球選手権ホープス以下県予選(体) 第9回山口県社会人バスケットリーグ・第1節(体)  
第46回山口県知事杯争奪山口県私立高等学校野球大会(野) 防府オープンテニストーナメント(テ)  
山口県少年サッカー選手権防府予選③(芝) 第38回丸久杯親善ゲートボール大会(運)  
理事長杯争奪ソフトボール大会(A級)(多)
- 18日(月) 第46回山口県知事杯争奪山口県私立高等学校野球大会(野)
- 19日(火) 休館日
- 23日(土) 日本選手権中国予選(野) パワーアップサッカーリーグ(芝)  
防府オープンテニストーナメント(テ) 中国ろうきん杯学童軟式野球大会市内予選(多)
- 24日(日) 防府市長選挙開票(体) マツダスカイカップ(野) 防府オープンテニストーナメント(テ)  
県シニアサッカーリーグ(芝) 防府市サッカーリーグ(芝)
- 27日(水) 第146回ウチダスポーツ抽選卓球大会(体)
- 30日(土) 第77回山口県高校総合体育大会バスケットボール競技(体・運)・サッカー競技(芝)  
第23回中国ろうきん杯学童軟式野球大会市内予選(野)  
令和8年度防府市剣道連盟少年部定期錬成大会(武) 還暦野球大会(多)
- 31日(日) 第77回山口県高校総合体育大会バスケットボール競技(体・運)・サッカー競技(芝)  
マツダスカイカップ(野) 山口県知事杯軟式野球大会市内予選(B・C級)(多)

(体) 体育館 (武) 武道館 (弓) 弓道場 (芝) 人工芝多目的グラウンド (陸) 陸上競技場 (野) 野球場  
(運) 運動広場 (多) 向島運動公園多目的広場 (テ) 向島運動公園テニスコート

## ダイキョーニシカワ スクエア体育館メインアリーナ ランニングコース使用不可時間のお知らせ

下記の日時は、メインアリーナ専用利用のためご利用出来ません。変更されることもありますので総合受付にてご確認ください。

3日(日) 8:00~17:00	16日(土) 8:00~19:00	28日(木) 17:00~21:00
4日(月) 8:00~22:00	17日(日) 8:00~17:00	29日(金) 16:00~22:00
5日(火) 8:00~19:00	19日(火) 休館日	30日(土) 8:00~22:00
7日(木) 17:00~21:00	22日(金) 12:00~22:00	31日(日) 8:00~20:00
10日(土) 8:00~17:00	23日(土) 8:00~22:00	
14日(木) 17:00~21:00	24日(日) 8:00~22:00	

(2026年4月12日時点)

防府市スポーツセンターのホームページでは、

**各施設の予約・利用状況を「ひろしま・やまぐち公共施設予約サービス」よりご確認ください！**

**(※尚、当システムからの予約・申請の詳細についてはお問い合わせください)**

但し、申請多数及び当日申請の場合は、タイムリーに掲載致しかねますので予めご了承ください。

ご利用当日の申請やお急ぎの場合はお電話にてお問い合わせください。

その他、各利用料金やイベント・運動教室についても掲載しておりますので是非ご利用ください。

