

運動不足を解消しよう！ 東区内の屋内スポーツ施設



これからの季節は
積雪や寒さで
運動不足になりがちです。
屋内スポーツ施設を利用して
積極的に体を動かしましょう！

東区体育館でバドミントンを楽しむ皆さん

東区内のスポーツ施設の拠点です

東区体育館

東区体育館は、昨年、約1年間をかけて改修工事を行い、今年1月に新たにオープンしました。

競技室と体育室では、バドミントンやテニス、卓球などを楽しむことができ、連日、多くの市民の皆さんが訪れて心地よい汗を流しています。

運動機器が充実しているトレーニング室は、体力づくりに取り組んでいる方に人気があります。

2階のトレーニングデッキは、弓道とアーチェリーの練習場に開放されています。

夜間の部では指導員が付きますので、初めての方でも安心して利用できます。

また、筋力トレーニングとストレッチを組み合わせた運動法で、最近注目されている「ピラティス」や「幼児運動クラブ」など、各種スポーツ教室(有料)も開設しています。

アーチェリーの練習の様子



《東区体育館》

住所 北27条東14丁目。
交通機関 地下鉄東豊線「元町駅」2番出口より徒歩6分。
駐車場 100台(無料)。
利用時間 午前9時～午後9時。
休館日 第2月曜日(祝日の場合は第1月曜日)、年末年始。
利用料金 一般390円、高校生230円、65歳以上130円、中学生以下無料。回数券や専用利用料金等はお問い合わせください。
電話 751-5250