



2018年 8月 (1日~15日)

調布市総合体育館 月間予定表 大体育室・小体育室・会議室

2018年8月1日現在の予定

時間帯	9:00 ↓ 11:45	12:00 ↓ 14:45	15:00 ↓ 17:45	18:00 ↓ 20:45	9:00 ↓ 11:45	12:00 ↓ 14:45	15:00 ↓ 17:45	18:00 ↓ 20:45	9:00 ↓ 11:45		15:00 ↓ 17:45	18:00 ↓ 20:45	9:00 ↓ 11:45	12:00 ↓ 14:45	15:00 ↓ 17:45	18:00 ↓ 20:45	9:00 ↓ 11:45	12:00 ↓ 14:45	15:00 ↓ 17:45	18:00 ↓ 20:45	9:00 ↓ 11:45	12:00 ↓ 14:45	15:00 ↓ 17:45	18:00 ↓ 20:45	9:00 ↓ 11:45	12:00 ↓ 14:45	15:00 ↓ 17:45	18:00 ↓ 20:45	9:00 ↓ 11:45	12:00 ↓ 14:45	15:00 ↓ 17:45	18:00 ↓ 20:45	
日	1日 水曜日				2日 木曜日				3日 金曜日				4日 土曜日				5日 日曜日				6日 月曜日				7日 火曜日				8日 水曜日				
大体育室	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B2	B	B	B	B	B	B	第29回 バタフライ ダブルスチーム 大会 (卓球)	フロア ボールリーグ		休館日		B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B
	T	T	T		T	T	T		T	金曜日会	T	Ciub																		T	T	T	
	セキレイ	V・S・C	テニス	バウンド	レバレ連盟	スワロー	エレガンス		COMM	ウォールキック		調布Jr	フェイク	MV調布	フロアボール											スワロー	バド連盟	エレガンス	野ばら	V・S・C	テニス	バウンド	調布Jr
小体育室	スクール 夏休み 集休中	チェア ここに	フレンド	T	スクール 夏休み 集休中	転倒予防	さわやか 体操	T	スクール 夏休み 集休中	ウェンズデイ フレンド	トレーニング	T	T	T	T	T	調布 太極拳	T	T	T	T	T	エクササイズ 改善	卓球 深大寺	T	つくも会	チェア ここに	フレンド	SSK II				
会議室				ナイトヨガ スクール	バド連盟				シニア ダンス	フラ クナ			くすのき 会		バナラ									クラウン ゴルフ 桜花の会			盲卓球		ナイトヨガ スクール				

日	9日 木曜日				10日 金曜日				11日 土曜日(祝)				12日 日曜日				13日 月曜日				14日 火曜日				15日 水曜日							
大体育室	B	B	B	B	B	B2	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B
	T	T	T		T	金曜日会	T										T	T	T	ⓑ	T	T	T		T	T	T	絆				
	レバレ連盟	エレガンス	パロット	はなみづき	COMM	セキレイ		調布Jr	フェイク	MV調布	ムーミン谷		T	飛猿	ムーミン谷		CHOFU クラブ	スワロー	さくら	Luci	パロット	バド連盟	エレガンス	地球 防衛軍			バウンド テニス	調布RG				
小体育室	フレンド 9・6	転倒予防	さわやか 体操	T	ウェンズデイ Tぶろ じえくと	ウォール キック	トレーニング	T	T	T	T	つづしが丘 スポ少	T	調布 太極拳	T	T	T	HILL ALT	トレーニング	体幹 バランス	T	ウェンズデイ	エクササイズ 改善	卓球 深大寺	T	つくも会	チェア ここに	フレンド	T			
会議室		ホアピラリ				フラ クナ													パーソナル トレーニング											ナイトヨガ スクール		

個人利用

T ↓ 個人卓球7台以上
 B ↓ 個人バドミントン3面以上
 ⓑ ↓ 個人バスケットボール

T2 2台 B2 2面

* 個人利用できる種目はバドミントン・卓球・バスケットボールです。個人バドミントン・卓球は時間帯によって開放面数が異なります。

* ラケット・シャトル・ボールは貸出しをしています(無料)。ご利用の際は必ず室内履きをご用意ください。

★ 予定表作成後、変更になる場合があります。ご利用の前に利用当日の開放状況をお電話にてご確認ください。TEL 042-481-6221



8月

2018年 8月 (16日~31日)

調布市総合体育館 月間予定表 大体育室・小体育室・会議室

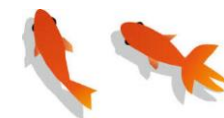
2018年8月1日現在の予定

時間帯	9:00 ↓ 11:45	12:00 ↓ 14:45	15:00 ↓ 17:45	18:00 ↓ 20:45	9:00 ↓ 11:45	12:00 ↓ 14:45	15:00 ↓ 17:45	18:00 ↓ 20:45	9:00 ↓ 11:45	12:00 ↓ 14:45	15:00 ↓ 17:45	18:00 ↓ 20:45	9:00 ↓ 11:45	12:00 ↓ 14:45	15:00 ↓ 17:45	18:00 ↓ 20:45	9:00 ↓ 11:45	12:00 ↓ 14:45	15:00 ↓ 17:45	18:00 ↓ 20:45	9:00 ↓ 11:45	12:00 ↓ 14:45	15:00 ↓ 17:45	18:00 ↓ 20:45	9:00 ↓ 11:45	12:00 ↓ 14:45	15:00 ↓ 17:45	18:00 ↓ 20:45																				
日	16日 木曜日				17日 金曜日				18日 土曜日				19日 日曜日				20日 月曜日				21日 火曜日				22日 水曜日				23日 木曜日																			
大体育室	B	B	B	B	B	B2 T3	B	B	B	B	B	B	第32回 ニッタク レディース大会 (卓球)				B				休館日																B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B
	T	T	スワロー	SBC	T	セキレイ	T		B	B	B	B																									T	T	T	野ばら	T	T	T	SBC	パロット	T	T	朝日 クラブ
	パロット	パロット	朝日 クラブ	MC				エレガンス	T	M ハ T S	M V 調 布	ポ ー ル 協 会																														バド連盟	エレガンス	地球 防衛軍	V・S・ C	テニス	調布RG	レバレ連盟
小体育室	フレンド 飛田 給	転倒予防	T	T	ウェンズデイ Tぶろ レスくと	ウォールキック トレーニング	T	9・6	T	T	T	調布 太極拳	T	T	T		ダッシュ A	エクササイズ 改善	卓球 深大寺	T	つくも会	チェア ここに	フレンド	T	T	転倒予防	さわやか 体操	T																				
会議室		ホアピラ											ニッタク レディース 大会									桜花 の会			盲卓球				ナイトヨガ スクール	バド連盟	ホアピラ																	
日	24日 金曜日				25日 土曜日				26日 日曜日				27日 月曜日				28日 火曜日				29日 水曜日				30日 木曜日				31日 金曜日																			
大体育室	B	B2 T3	B	B	ジュニア育成 地域推進事業 審判講習会 (バスケットボール)				チャレンジ イン調布 インドアカ 大会 ※ランニングコース 開放なし				B				第33回 レディース大会 (バドミントン)				B	B	B	B	B2	B	B	B	B	B	B2 T3	B	B															
	T	金曜日会	T																		T	T	T	⑧	野ばら	T	T		絆	T	T	T	MC	T	金曜日会	T	T											
	チーム COM	セキレイ		調 布 J r																					バド連盟	CHOFU クラブ	フレンズ	さくら	f e r i	ファモスル	ロピンス	バウンド テニス	調布RG	レバレ連盟	エレガンス	パロット	はなみづき	チーム COM	セキレイ		c i u b							
小体育室	Tぶろ えくと	ウォールキック トレーニング	ポール トレーニング	T	T	T	T	調布 太極拳	T	T	T	HILLALT	トレーニング	体幹 プログラム	T	T	エクササイズ 改善	T	T	つくも会	チェア ここに	T	T	フレンド	転倒予防	さわやか 体操	T	じえくと Tぶろ	ウォールキック トレーニング	ポール トレーニング	HILLALT																	
会議室		フラレイ			ジュニア育成 地域推進事業 審判講習会 (バスケットボール)				バナラ				盲卓球								バド連盟				ナイトヨガ スクール	ホアピラ			フラレイ	クラクナ																		

* 個人利用できる種目はバドミントン・卓球・バスケットボールです。個人バドミントン・卓球は時間帯によって開放面数が異なります。

* ラケット・シャトル・ボールは貸出しをしています(無料)。ご利用の際は必ず室内履きをご用意ください。

★予定表作成後、変更になる場合があります。ご利用の前に利用当日の開放状況をお電話にてご確認ください。TEL 042-481-6221



8月

★トレーニング室につきましては「トレーニング室プログラム」をご覧ください

時間	1日 水曜日					2日 木曜日					3日 金曜日					4日 土曜日					5日 日曜日					6日 月曜日					7日 火曜日					8日 水曜日																	
	9~10	10~12	12~14	14~16	16~18	18~20	9~10	10~12	12~14	14~16	16~18	18~20	9~10	10~12	12~14	14~16	16~18	18~20	9~10	10~12	12~14	14~16	16~18	18~20	9~10	10~12	12~14	14~16	16~18	18~20	9~10	10~12	12~14	14~16	16~18	18~20	9~10	10~12	12~14	14~16	16~18	18~20	9~10	10~12	12~14	14~16	16~18	18~20					
1コース	個人利用						個人利用						個人利用					個人利用							休館日									個人利用													個人利用						
2コース																																																					
3コース																																																					
4コース																																																					
5コース	ウォーキング	ウオーキング	水中運動	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング			
6コース	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会
ランニングコース	個人利用					個人利用					個人利用					個人利用					個人利用					休館日					個人利用					個人利用																	



時間	9日 木曜日					10日 金曜日					11日 土曜日(祝)					12日 日曜日					13日 月曜日					14日 火曜日					15日 水曜日																						
	9~10	10~12	12~14	14~16	16~18	18~20	9~10	10~12	12~14	14~16	16~18	18~20	9~10	10~12	12~14	14~16	16~18	18~20	9~10	10~12	12~14	14~16	16~18	18~20	9~10	10~12	12~14	14~16	16~18	18~20	9~10	10~12	12~14	14~16	16~18	18~20	9~10	10~12	12~14	14~16	16~18	18~20	9~10	10~12	12~14	14~16	16~18	18~20					
1コース	個人利用												個人利用						個人利用																																		
2コース																																																					
3コース																																																					
4コース																																																					
5コース	ウォーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング	ウオーキング		
6コース	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	会	
ランニングコース	個人利用					個人利用					個人利用					個人利用					個人利用					個人利用					個人利用																						

インジョイアクア

午後2時半～3時半

- ↓自由遊泳コース
- ↓25m以上続けて泳ぐコース
- ↓歩く方優先コース

全コースクイックターンできます

*プールは小学生以上のご利用が可能です。小学校1年生～3年生までのお子様は、大人（高校生以上）の付き添いが、お子様2人に対し1人必要です。
 プール水槽内では1対1で、手の届く範囲でご遊泳ください。小・中学生のみのご利用は18時までとなります。18時以降は大人（高校生以上）の付き添いが必要です。
 ★予定表作成後、変更になる場合があります。ご利用の前に利用当日の開放状況をお電話にてご確認ください。TEL 042-481-6221

8月

★トレーニング室につきましては「トレーニング室プログラムチラシ」をご覧ください。

時間	18半 ↓ 20半					9 ↓ 10					10 ↓ 12					12 ↓ 14					14 ↓ 16					16 ↓ 18					18半 ↓ 20半									
	9 ↓ 10	10 ↓ 12	12 ↓ 14	14 ↓ 16	16 ↓ 18	9 ↓ 10	10 ↓ 12	12 ↓ 14	14 ↓ 16	16 ↓ 18	9 ↓ 10	10 ↓ 12	12 ↓ 14	14 ↓ 16	16 ↓ 18	9 ↓ 10	10 ↓ 12	12 ↓ 14	14 ↓ 16	16 ↓ 18	9 ↓ 10	10 ↓ 12	12 ↓ 14	14 ↓ 16	16 ↓ 18	9 ↓ 10	10 ↓ 12	12 ↓ 14	14 ↓ 16	16 ↓ 18										
	16日 木曜日					17日 金曜日					18日 土曜日					19日 日曜日					20日 月曜日					21日 火曜日					22日 水曜日					23日 木曜日				
1コース																																								
2コース																																								
3コース																																								
4コース																																								
5コース																																								
6コース																																								
ランニングコース																																								
	個人利用					個人利用					個人利用					個人利用					個人利用					個人利用					個人利用									
	16日 木曜日					17日 金曜日					18日 土曜日					19日 日曜日					20日 月曜日					21日 火曜日					22日 水曜日					23日 木曜日				
1コース																																								
2コース																																								
3コース																																								
4コース																																								
5コース																																								
6コース																																								
ランニングコース																																								
	個人利用					個人利用					個人利用					個人利用					個人利用					個人利用					個人利用									
	24日 金曜日					25日 土曜日					26日 日曜日					27日 月曜日					28日 火曜日					29日 水曜日					30日 木曜日					31日 金曜日				
1コース																																								
2コース																																								
3コース																																								
4コース																																								
5コース																																								
6コース																																								
ランニングコース																																								
	個人利用					個人利用					個人利用					個人利用					個人利用					個人利用					個人利用									



休館日



*プールは小学生以上のご利用が可能です。小学校1年生~3年生までのお子様は、大人（高校生以上）の付き添いが、お子様2人に対し1人必要です。

プール水槽内では1対1で、手の届く範囲でご遊泳ください。小・中学生のみのご利用は18時までとなります。18時以降は大人（高校生以上）の付き添いが必要です。

★予定表作成後、変更になる場合があります。ご利用の前に利用当日の開放状況をお電話にてご確認ください。TEL 042-481-6221