





6月16日 水曜日												
	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	18時30分～ラスト	
1コース												
2コース												
3コース												
4コース	9時20分 ～9時50分 水中ウォーキング											
5コース		初心者スイミングスクール		グッピー	水中運動						18時30分～20時 中上級スイミングスクール	
6コース												
個人定員	24	32	32	32	24	24	50	50	32	24	24	24
6月17日 木曜日												
	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	18時30分～ラスト	
1コース												
2コース												
3コース												
4コース	9時20分 ～9時50分 水中ウォーキング											
5コース		楽水会				アクアビクスJJ						GAGANI
6コース												
個人定員	24	40	40	50	32	32	24	50	32	24	24	24
6月18日 金曜日												
	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	18時30分～ラスト	
1コース												
2コース												
3コース												
4コース												
5コース	ヌードル トレーニング						14時30分～15時30分 エンジョイアクア					
6コース		マーメイド		金魚				ドルフィンズ				おととと
個人定員	32	32	32	32	24	24	24	32	32	32	32	32
6月19日 土曜日												
	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	18時30分～ラスト	
1コース												
2コース												
3コース												
4コース												
5コース						Aクラス13時30分～15時／Bクラス15時30分～17時 ジュニアスイミングスクール						
6コース		ムツゴロウ								GAGANI		
個人定員	32	32	32	24	24	24	24	24	32	32	32	32
6月20日 日曜日												
	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	18時30分～ラスト	
1コース												
2コース												
3コース												
4コース												
5コース		サンデースイミングスクール										
6コース										GAGANI		
個人定員	32	32	32	50	50	50	50	50	32	32	32	32
6月21日 月曜日												
	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	18時30分～ラスト	
1コース												
2コース												
3コース												
4コース												
5コース												
6コース												
個人定員												
												
6月22日 火曜日												
	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	18時30分～ラスト	
1コース												
2コース												
3コース												
4コース												
5コース							14時30分～15時30分 エンジョイアクア					
6コース		ファースト						GAGANI			フリッパーズ	
個人定員	40	40	40	32	24	24	24	32	32	24	24	24
6月23日 水曜日												
	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	18時30分～ラスト	
1コース												
2コース												
3コース												
4コース	9時20分 ～9時50分 水中ウォーキング											
5コース		初心者スイミングスクール		グッピー	水中運動	ポコポコホッピング						18時30分～20時 中上級スイミングスクール
6コース												
個人定員	24	32	32	32	24	24	32	32	32	24	24	24
6月24日 木曜日												
	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	18時30分～ラスト	
1コース												
2コース												
3コース												
4コース	9時20分 ～9時50分 水中ウォーキング											
5コース		楽水会				アクアビクスJJ		ファースト				GAGANI
6コース												
個人定員	24	40	40	50	40	32	24	40	40	24	24	24

6月25日 金曜日												
	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	18時30分～ラスト	
1コース												
2コース												
3コース												
4コース												
5コース	ヌードル	マーメイド		金魚		14時30分～15時30分 エンジョイアクア		ドルフィンズ		おととと		
6コース	トレーニング											
個人定員	32	32	32	32	24	24	24	32	32	32	32	32
6月26日 土曜日												
	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	18時30分～ラスト	
1コース												
2コース												
3コース												
4コース												
5コース		ムツゴロウ			Aクラス13時30分～15時/Bクラス15時30分～17時 ジュニアスイミングスクール				GAGANI			
6コース												
個人定員	32	32	32	24	24	24	24	24	32	32	32	32
6月27日 日曜日												
	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	18時30分～ラスト	
1コース												
2コース												
3コース												
4コース												
5コース		サンデースイミングスクール										
6コース										GAGANI		
個人定員	32	32	32	50	50	50	50	50	32	32	32	32
6月28日 月曜日												
	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	18時30分～ラスト	
1コース												
2コース												
3コース												
4コース	9時20分 ～9時50分											
5コース	水中ウォーキング	月曜会		ひらめ会		そよかぜ		16時30分～17時50分 ジュニアスイミングスクール		19時～20時 スイム練習会		
6コース												
個人定員	24	40	32	32	32	32	32	32	32	24	24	24
6月29日 火曜日												
	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	18時30分～ラスト	
1コース												
2コース												
3コース												
4コース												
5コース												
6コース												
個人定員	50	50	50	32	24	24	24	50	32	24	24	24
6月30日 水曜日												
	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	18時30分～ラスト	
1コース												
2コース												
3コース												
4コース	9時20分 ～9時50分											
5コース	水中ウォーキング	初心者スイミングスクール		ひらめ会		水中運動		16時30分～17時50分 ジュニアスイミングスクール		18時30分～20時 中上級スイミングスクール		
6コース												
個人定員	24	50	32	32	24	24	32	32	32	24	24	24

【コース表示例】

-  ⇒ 自由遊泳コース
-  ⇒ 25m以上続けて泳ぐコース ※全コースクイックターンできます。
-  ⇒ 歩く方優先コース

【注意事項】

- * プールは小学生以上のご利用が可能です。小学1～3年生までのお子様は大人の付き添いがお子様2人に対し、1人必要となります。
なお、屋内プール水槽内では手の届く範囲でご遊泳をお願いします。
- * 18:00以降に小・中学生がご利用する際は、大人の方の付き添いが必要となります。
- * 個人利用の定員に達している場合はお待ちいただきます。
- * 混雑時は1人ずつご案内いたします。同伴者と同時にご利用いただけない場合がございますので、ご了承ください。
- * 大人（保護者）1人に対して、子ども（小・中学生）2人までは同時にご案内できます。それ以上でお越しの場合は、同時にご利用いただけない場合がございます。
- * 障害者1人に対して、付き添いの方1人までは同時にご案内できます。それ以上でお越しの場合は、同時にご利用いただけない場合がございます。
- * 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。

今後の新型コロナウイルス感染症の状況により、内容が変更と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。（調布市総合体育館 042-481-6221）

6月16日 水曜日				
	1公開目（9時～11時45分）	2公開目（12時～14時45分）	3公開目（15時～17時45分）	4公開目（18時～20時45分）
大・小体育室	改修工事			
会議室	ゆるゆるストレッチ	太極拳白石会	さわやか体操クラブ	ナイトヨガスクール 1クラス 18時～ 2クラス 19時～
6月17日 木曜日				
	1公開目（9時～11時45分）	2公開目（12時～14時45分）	3公開目（15時～17時45分）	4公開目（18時～20時45分）
大・小体育室	改修工事			
会議室	初心者バレトンスクール	フラホアピリ	調布少年空手道	
6月18日 金曜日				
	1公開目（9時～11時45分）	2公開目（12時～14時45分）	3公開目（15時～17時45分）	4公開目（18時～20時45分）
大・小体育室	改修工事			
会議室	ヨガスクール	フレイククナ	ルーシーダットン	芦原会館
6月19日 土曜日				
	1公開目（9時～11時45分）	2公開目（12時～14時45分）	3公開目（15時～17時45分）	4公開目（18時～20時45分）
大・小体育室	改修工事			
会議室			バナラ	
6月20日 日曜日				
	1公開目（9時～11時45分）	2公開目（12時～14時45分）	3公開目（15時～17時45分）	4公開目（18時～20時45分）
大・小体育室	改修工事			
会議室	調布チアリーディングクラブ		芦原会館	
6月21日 月曜日				
	1公開目（9時～11時45分）	2公開目（12時～14時45分）	3公開目（15時～17時45分）	4公開目（18時～20時45分）
大・小体育室	休館日			
会議室	休館日			
	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; display: inline-block;"> <p>【ナイトヨガスクール6月より当日抽選】</p> <p>★1クラス★ 受付／17時～17時40分 開催時間／18時～18時50分</p> <p>★2クラス★ 受付／18時～18時40分 開催時間／19時～19時50分</p> </div>			
6月22日 火曜日				
	1公開目（9時～11時45分）	2公開目（12時～14時45分）	3公開目（15時～17時45分）	4公開目（18時～20時45分）
大・小体育室	改修工事			
会議室	【ヘルシーエクササイズ】 ゆるゆるストレッチ／ビギナーズエアロ フィジカルトレーニング／はじめてリズム		筋コンディショニング	芦原会館
6月23日 水曜日				
	1公開目（9時～11時45分）	2公開目（12時～14時45分）	3公開目（15時～17時45分）	4公開目（18時～20時45分）
大・小体育室	改修工事			
会議室	パーソナルトレーニング	盲卓球	ナイトヨガスクール 1クラス 18時～ 2クラス 19時～	
6月24日 木曜日				
	1公開目（9時～11時45分）	2公開目（12時～14時45分）	3公開目（15時～17時45分）	4公開目（18時～20時45分）
大・小体育室	改修工事			
会議室	初心者バレトンスクール	フラホアピリ	調布少年空手道	

今後の新型コロナウイルス感染症の状況により、内容が変更と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。（調布市総合体育館 042-481-6221）

6月25日 金曜日				
	1公開目（9時～11時45分）	2公開目（12時～14時45分）	3公開目（15時～17時45分）	4公開目（18時～20時45分）
大・小体育室	改修工事			
会議室	ヨガスクール	フラレイククナ	ルーシーダットン	芦原会館
6月26日 土曜日				
	1公開目（9時～11時45分）	2公開目（12時～14時45分）	3公開目（15時～17時45分）	4公開目（18時～20時45分）
大・小体育室	改修工事			
会議室	くすの木会			
6月27日 日曜日				
	1公開目（9時～11時45分）	2公開目（12時～14時45分）	3公開目（15時～17時45分）	4公開目（18時～20時45分）
大・小体育室	改修工事			
会議室				
6月28日 月曜日				
	1公開目（9時～11時45分）	2公開目（12時～14時45分）	3公開目（15時～17時45分）	4公開目（18時～20時45分）
大・小体育室	改修工事			
会議室	ストレッチポールエクササイズ バランスボールエクササイズ	ストレッチポールエクササイズ はじめてリズム	おとこの筋トレ	
6月29日 火曜日				
	1公開目（9時～11時45分）	2公開目（12時～14時45分）	3公開目（15時～17時45分）	4公開目（18時～20時45分）
大・小体育室	改修工事			
会議室	【ヘルシーエクササイズ】 ゆるゆるストレッチ／ビギナーズエアロ フィジカルトレーニング／はじめてリズム		筋コンディショニング	芦原会館
6月30日 水曜日				
	1公開目（9時～11時45分）	2公開目（12時～14時45分）	3公開目（15時～17時45分）	4公開目（18時～20時45分）
大・小体育室	改修工事			
会議室	ゆるゆるストレッチ	太極拳白石会	さわやか体操クラブ	ナイトヨガスクール 1クラス 18時～ 2クラス 19時～

【注意事項】

予定表作成後、変更になる場合があります。利用前に利用当日の開放状況を電話にてご確認ください。

【新型コロナウイルス感染症感染防止の対応】

- ①館内ではマスク着用をお願いします。（運動中以外は必須とします）
- ②「新型コロナウイルス感染症対策チェックリスト」の記入と提出をお願いします。
- ③利用にあたっては、3密（密閉・密集・密接）を避けるように協力してください。
- ④来館前に発熱や風邪の症状がないか確認してください。
- ⑤過去2週間以内に発熱や感冒症で受診や服薬等をした方の利用はできません。
- ⑥利用後2週間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した場合は、速やかに下記まで連絡願います。

調布市総合体育館／指定管理者 公益社団法人調布市体育協会 TEL 042-481-6221