


8月16日 月曜日

1コース	<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-right: 10px;"> 休館日  </div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center;"> 中上級スイミングスクールは 緊急事態宣言中のため時間を変更しています。 ★18時30分～20時★ (通常は19時～20時30分) </div> </div>										
2コース											
3コース											
4コース											
5コース											
6コース											
個人定員											

8月17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						14時30分～15時30分					
5コース						エンジョイアクア		水府流太田派研修会			
6コース		ファースト		GAGANI							フリッパーズ
個人定員	40	40	32	32	24	24	24	32	32	32	32

8月18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					水中運動					
6コース		ひらめ会						明大明治水泳部			18時30分～20時 中上級スイミングスクール
個人定員	24	32	32	32	24	24	32	32	24	24	24

8月19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										
5コース	水中ウォーキング					アクアビクスJJ					
6コース		楽水会						ファースト			GAGANI
個人定員	24	40	40	50	32	32	32	40	40	32	32

8月20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						14時30分～15時30分					
6コース					GAGANI	エンジョイアクア		ドルフィンズ			おととと
個人定員	50	50	32	32	24	24	24	32	32	32	32

8月21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											
6コース		GAGANI									GAGANI
個人定員	40	40	40	50	50	50	50	50	50	40	40

8月22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											
6コース		GAGANI									GAGANI
個人定員	40	40	40	50	50	50	50	50	50	40	40

8月23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					GAGANI					
6コース		月曜会				そよかぜ					19時～20時 スイム練習会
個人定員	24	40	32	32	32	32	50	50	32	24	24

8月24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					
6コース					GAGANI	エンジョイアクア					フリッパーズ
個人定員	50	50	32	32	24	24	24	50	50	32	32

8月25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												
5コース	9時20分 ～9時50分 水中ウォーキング	ひらめ会				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
8月26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												
5コース	9時20分 ～9時50分 水中ウォーキング	希望の家				アクアビクスJJ					GAGANI	
6コース												
個人定員	24	32	32	50	40	40	40	50	50	32	32	32
8月27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						14時30分～15時30分 エンジョイアクア						
6コース		GAGANI					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
8月28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												
6コース		GAGANI										GAGANI
個人定員	40	40	40	50	50	50	50	50	50	40	40	40
8月29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												
6コース		GAGANI										
個人定員	40	40	40	50	50	50	50	50	50	50	50	50
8月30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	9時20分 ～9時50分 水中ウォーキング	GAGANI			ひらめ会	そよかぜ						19時～20時 スイム練習会
6コース												
個人定員	24	32	32	32	32	32	50	50	32	24	24	24
8月31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						14時30分～15時30分 エンジョイアクア						GAGANI
個人定員	50	50	50	32	24	24	24	50	50	32	32	32

【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。042-481-6221

団体の予約状況の変更によって、個人利用のスケジュールが変更となる場合がございます。

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）

8月16日 月曜日				
				【当日抽選】 ★1クラス★ 受付／17時～17時40分 開催時間／18時～18時50分 ★2クラス★ 受付／18時～18時40分 開催時間／19時～19時50分
8月17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		SSK II	芦原会館
8月18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
8月19日 木曜日				
			1月1日	4公開目（18時～20時45分）
大・小体育室	改修工事			
会議室	SSK II	フラホアピリ	調布少年空手道	
8月20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		フラレイクナ		芦原会館
8月21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		バニラ	芦原会館
8月22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				
8月23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	
8月24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			芦原会館

団体の予約状況の変更によって、個人利用のスケジュールが変更となる場合がございます。

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）

8月25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
8月26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	調布チアリーディングクラブ	フラホアピリ	調布少年空手道	
8月27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		フライククナ		芦原会館
8月28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		バニラ	芦原会館
8月29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			
8月30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		はじめてリズム		
8月31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			芦原会館

【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。