


令和3年10月（16日～31日）調布市総合体育館 体育室・会議室予定表

令和3年10月20日現在

団体予約の変更によって、個人利用のスケジュールが変更となる場合があります。また、緊急事態宣言等によりプログラムの開始時間が変更になる場合があります。ホームページ・電話でご確認ください。（調布市総合体育館 042-481-6221）

10月16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）
大体育室	個バド4 フェイク	個バド6 チェリーズ	個バド4 ミニバススクール	個バド6 フロアボール
小体育室	個卓球8	個卓球8	個卓球8	個卓球8
会議室	くすの木会	北ノ台お楽しみピンポンクラブ	フロアボール協会	芦原会館
10月17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）
大体育室	第61回調布市民体育祭バスケットボール競技 小学生の部 ※ランニングコース開放なし			
小体育室				
会議室				
10月18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）
大体育室	 ナイトヨガスクール・フィットボクシング60は、令和4年3月末まで下記の時間で開催します。 ナイトヨガスクール1クラス/18:00～18:50 ナイトヨガスクール2クラス/19:00～19:50 フィットボクシング60/19:00～20:00			
小体育室				
会議室				
10月19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）
大体育室	個バド3 個卓球8 エレガンス	個バド3 個卓球8 バド連盟	個バド3 個卓球8 スワロー	個バド3 野ばら Aboo
小体育室	サンライズ ダッシュA	フィジカルトレーニング・ビギナーズエアロ	深大寺卓球同好会	個卓球8
会議室				芦原会館
10月20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）
大体育室	個バド3 個卓球8	個バド3 個卓球7 クラブP	個バド3 個卓球7 北ノ台フェニックス	個バド3 個卓球7 キアロスクール
小体育室	つくも会	チェアエクササイズ・にこにこ体操	Kid'sチャレンジ体操スクール	個卓球8
会議室	ゆるゆるストレッチ	太極拳白石会		ナイトヨガスクール
10月21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）
大体育室	個バド3 パロット レバレ連盟	個バド3 個卓球8 エレガンス	個バド3 個卓球8 エレガンス	個バド3 柏野クラブ ツナ60g
小体育室	個卓球8	転倒予防・ビギナーズエアロ	さわやか体操クラブ	個卓球8
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	
10月22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）
大体育室	個バド3 個卓球7 チームCOM	個バド3 個卓球8 セキレイ	個バド3 個卓2 跳箱 コスモス	個バド3 個卓球7 北クラブ
小体育室	プルメリア ウェンズデイ	ウォーキング	ボールトレーニング	フィットボクシング60
会議室	ヨガスクール			芦原会館
10月23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）
大体育室	個バド4 フェニックスMB	個バド4 ジュニア卓球強化練習会	ミニバススクール	個バド6 ゼロ
小体育室	個卓球8	個卓球8	個卓球8	個卓球8
会議室	RG			
10月24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）
大体育室	第33回調布市レディースバレーボール大会			個バド7 バド連盟
小体育室	調布太極拳	個卓球8	個卓球8	個卓球8
会議室				

令和3年10月（16日～31日）調布市総合体育館 体育室・会議室予定表

令和3年10月20日現在

団体予約の変更によって、個人利用のスケジュールが変更となる場合があります。また、緊急事態宣言等によりプログラムの開始時間が変更になる場合があります。ホームページ・電話でご確認ください。（調布市総合体育館 042-481-6221）

10月25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）
大体育室	個バド3	個バド3 個卓球8 セキレイ	個バド3 個卓球7 さくら	個バド3 個バスケ 調布Jr.バド
小体育室	個卓球8	体幹バランス・はじめてリズム	背骨コンディショニング	FLAT HILL
会議室	ストレッチポール・バランスボール	ストレッチポール	おとこの筋トレ	
10月26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）
大体育室	個バド4 シニアトリプルス	個バド4 シニアトリプルス	個バド3 個卓球8 エレガンス	個バド3 野ばら 地球防衛軍
小体育室	個卓球8	フィジカルトレーニング・ビギナーズエアロ	深大寺卓球同好会	個卓球8
会議室				芦原会館
10月27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）
大体育室	個バド3 個卓球8	個バド3 個卓球7 クラブP	個バド3 個卓球7 バウンドテニス	個バド3 個卓球8 ゼロ
小体育室	つくも会	チェアエクササイズ・にこにこ体操	Kid'sチャレンジ体操スクール	つつじヶ丘スポーツ少年団
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
10月28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）
大体育室	個バド3 個卓球7 レバレ連盟	個バド3 個卓球8 エレガンス	個バド3 個卓球8 エレガンス	個バド4 柏野クラブ すぎミントンJr
小体育室	9・6 フレンド卓球クラブ	転倒予防・ビギナーズエアロ	さわやか体操クラブ	個卓球8
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	
10月29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）
大体育室	個バド3 個卓球7 チームCOM	個バド3 個卓球8 ウォーキング	個バド3 個卓2 鉄棒 コスモス	個バド3 個卓球7 北クラブ
小体育室	プルメリア Tぷろじえくと	EPPC	ボルトトレーニング	フィットボクシング60
会議室	ヨガスクール	フラレイククナ		芦原会館
10月30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）
大体育室	バドミントン大会 個卓球8	バドミントン大会 個バド4	バドミントン大会 ミニバススクール	個バド6 個卓球8
小体育室	調布市フェンシング大会			
会議室				芦原会館
10月31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）
大体育室	衆議院議員選挙開票所 ※18:00～ランニングコース開放なし			
小体育室				
会議室				

【注意事項】

- ①個人バドミントン、個人卓球、個人バスケットボールは当日抽選（各公開）となります。受付時間等はホームページで確認ください。
- ②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。

令和3年10月（16日～31日） 調布市総合体育館 屋内プール予定表

令和3年9月30日現在

※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

10月16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												
個人定員	32	32	32	24	24	24	24	24	32	32	32	32
Aクラス13:30-15:00/Bクラス15:30-17:00 ジュニアスイミングスクール ムツゴロウ GAGANI												
10月17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												
個人定員	32	32	32	50	50	50	32	32	32	32	32	32
10:00-12:00 サンデースイミングスクール GAGANI												
10月18日 月曜日												
1コース	 <p>休館日</p> <p>中上級スイミングスクールは 令和4年3月末まで 18:30-20:00開催となります。</p>											
2コース												
3コース												
4コース												
5コース												
6コース												
個人定員												
10月19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	40	40	40	32	24	24	24	50	32	24	24	24
14:30-15:30 インジョイアクア ファースト フリッパーズ												
10月20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												
6コース												
個人定員	24	32	32	32	24	24	32	32	32	24	24	24
9:20-9:50 水中ウォーキング 10:30-12:00 初心者スイミングスクール グッピー 14:00-15:00 水中運動 16:30-17:50 ジュニアスイミングスクール 18:30-20:00 中上級スイミングスクール												
10月21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												
6コース												
個人定員	24	40	40	50	32	32	24	24	24	24	24	24
9:20-9:50 水中ウォーキング 薬水会 アクアビクスJJ 明大明治水泳部 ファースト GAGANI												
10月22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												
6コース												
個人定員	32	32	32	32	24	24	24	24	24	32	32	32
9:10-9:50 ヌードル マーメイド 金魚 14:30-15:30 インジョイアクア 三鷹中 ドルフィンズ おととと												
10月23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												
個人定員	32	32	32	24	24	24	24	24	32	32	32	32
Aクラス13:30-15:00/Bクラス15:30-17:00 ジュニアスイミングスクール ムツゴロウ GAGANI												
10月24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												
個人定員	32	32	32	50	50	50	32	32	32	32	32	32
10:00-12:00 サンデースイミングスクール GAGANI												

令和3年10月（16日～31日） 調布市総合体育館 屋内プール予定表

令和3年9月30日現在

※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

10月25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	9:20-9:50 水中ウォーキング											19:00-20:00 スイム練習会	
6コース		月曜会				そよかぜ		16:30-17:50 ジュニアスイミングスクール					
個人定員	24	40	40	50	32	32	32	32	32	24	24	24	
10月26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						14:30-15:30 エンジョイアクア						フリッパーズ	
6コース		ファースト						三鷹中 GAGANI					
個人定員	40	40	40	32	24	24	24	24	24	24	24	24	
10月27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	9:20-9:50 水中ウォーキング											18:30-20:00 中上級スイミングスクール	
6コース		10:30-12:00 初心者スイミングスクール			グッピー	14:00-15:00 水中運動		ポコポコホッピング					
個人定員	24	32	32	32	24	24	32	32	32	24	24	24	
10月28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	9:20-9:50 水中ウォーキング												
6コース		薬水会				アクアヒクスJJ		ファースト 明大明治水泳部			GAGANI		
個人定員	24	40	40	50	40	32	24	24	24	24	24	24	
10月29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	9:10-9:50 ヌードル												
6コース						14:30-15:30 エンジョイアクア						おととと	
個人定員	32	50	50	32	24	24	24	24	24	32	32	32	
10月30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				Aクラス13:30-15:00/Bクラス15:30-17:00 ジュニアスイミングスクール				GAGANI			
個人定員	32	32	32	24	24	24	24	24	24	32	32	32	
10月31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		10:00-12:00 サンデースイミングスクール						GAGANI					
個人定員	32	32	32	50	50	50	32	32	32	50	50	50	

【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。