

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。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)

12月1日 水曜日				
	1公開目 (9:00-11:45)	2公開目 (12:00-14:45)	3公開目 (15:00-17:45)	4公開目 (18:00-20:45)
大体育室	個バド3 個卓球7 卓球スクール	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7
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	ゆるゆるストレッチ	太極拳白石会		ナイトヨガスクール
12月2日 木曜日				
	1公開目 (9:00-11:45)	2公開目 (12:00-14:45)	3公開目 (15:00-17:45)	4公開目 (18:00-20:45)
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 スワロー	個バド3 個卓球8 エレガンス	個バド4 ハッピークラブ
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	総合体育館調整会議	フラホアピリ		調布少年空手道
12月3日 金曜日				
	1公開目 (9:00-11:45)	2公開目 (12:00-14:45)	3公開目 (15:00-17:45)	4公開目 (18:00-20:45)
大体育室	個バド3 バドスクール 個卓球8	個バド3 個卓球8	個バド3 個卓2 鉄棒 コスモス	個バド3 個卓球7 ハッピークラブ
小体育室	EPPC ウェンズデイ	ウォーキング	ボルトトレーニング	フィットボクシング60
会議室	わかばの会	フラレイククナ	ルーシーダットン	芦原会館
12月4日 土曜日				
	1公開目 (9:00-11:45)	2公開目 (12:00-14:45)	3公開目 (15:00-17:45)	4公開目 (18:00-20:45)
大体育室	第17回 CHOFU CHRISTMAS CUP			
小体育室	個卓球8	キネシオテーピング講座	個卓球8	個卓球8
会議室	くすの木会	ムツゴロウ		芦原会館
12月5日 日曜日				
	1公開目 (9:00-11:45)	2公開目 (12:00-14:45)	3公開目 (15:00-17:45)	4公開目 (18:00-20:45)
大体育室	第78回加盟団体前期リーグ戦 (卓球)			
小体育室	調布太極拳同好会	個卓球8	個卓球8	個卓球8
会議室				
12月6日 月曜日				
	1公開目 (9:00-11:45)	2公開目 (12:00-14:45)	3公開目 (15:00-17:45)	4公開目 (18:00-20:45)
大体育室	 休館日	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				
12月7日 火曜日				
	1公開目 (9:00-11:45)	2公開目 (12:00-14:45)	3公開目 (15:00-17:45)	4公開目 (18:00-20:45)
大体育室	個バド3 個卓球7 バレースクール	個バド3 個卓球8 バド連盟	個バド3 個卓球8 エレガンス	個バド3 個卓球8 野ばら
小体育室	ダッシュA サンライズ	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	FLAT HILL
会議室	フラブアメリア	グラウンド・ゴルフ協会	筋コンディショニング	芦原会館
12月8日 水曜日				
	1公開目 (9:00-11:45)	2公開目 (12:00-14:45)	3公開目 (15:00-17:45)	4公開目 (18:00-20:45)
大体育室	個バド3 個卓球7 卓球スクール	個バド3 個卓球7 クラブP	個バド3 個卓球8 バウンドテニス	個バド3 個卓球7 絆
小体育室	Tぶろじゅくと	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	FLAT HILL
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
12月9日 木曜日				
	1公開目 (9:00-11:45)	2公開目 (12:00-14:45)	3公開目 (15:00-17:45)	4公開目 (18:00-20:45)
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 パロット	個バド3 個卓球8 エレガンス	個バド4
小体育室	9・6 フレンド	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				調布少年空手道

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。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)

12月10日 金曜日				
	1公開目 (9:00-11:45)	2公開目 (12:00-14:45)	3公開目 (15:00-17:45)	4公開目 (18:00-20:45)
大体育室	個バド3 個卓球8 バドスクール	個バド3 個卓球8 セキレイ	個バド3 個卓球8 コスモス	個バド3 個卓球8 調布Jrバド
小体育室	EPPC ウェンズデイ	ウォーキング	ボルトレーニング	フィットボクシング60
会議室		フラレイクナ	ルーシーダットン	芦原会館
12月11日 土曜日				
	1公開目 (9:00-11:45)	2公開目 (12:00-14:45)	3公開目 (15:00-17:45)	4公開目 (18:00-20:45)
大体育室	個バド7 エレガンス	障害者スポーツ事業 (スポーツ振興課・障害福祉課)		個バド6 上ノ原SVC
小体育室	個卓球8	個卓球8	個卓球8	個卓球8
会議室			バナナ	芦原会館
12月12日 日曜日				
	1公開目 (9:00-11:45)	2公開目 (12:00-14:45)	3公開目 (15:00-17:45)	4公開目 (18:00-20:45)
大体育室	第34回元気いっぱいミニフロアボール大会 ※ランニングコース開放なし			フロアボールリーグ
小体育室	調布太極拳同好会	個卓球8	個卓球8	個卓球8
会議室	フロアボール協会			
12月13日 月曜日				
	1公開目 (9:00-11:45)	2公開目 (12:00-14:45)	3公開目 (15:00-17:45)	4公開目 (18:00-20:45)
大体育室	個バド3 個卓球7 チームCOM	個バド3 個卓球8 スワロー	個バド3 個卓球7 さくら	個バド3 個卓球7 個バスケ
小体育室	胡桃 9・6	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		CHOFUクラブ		
12月14日 火曜日				
	1公開目 (9:00-11:45)	2公開目 (12:00-14:45)	3公開目 (15:00-17:45)	4公開目 (18:00-20:45)
大体育室	個バド3 個卓球7 バレースクール	個バド3 個卓球8 バド連盟	個バド3 個卓球8 エレガンス	個バド3 個卓球8 地球防衛軍
小体育室	サンライズ ウェンズデイ	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	FLAT HILL
会議室	フラプアメリア	太極拳チーシー会	筋コンディショニング	芦原会館
12月15日 水曜日				
	1公開目 (9:00-11:45)	2公開目 (12:00-14:45)	3公開目 (15:00-17:45)	4公開目 (18:00-20:45)
大体育室	個バド3 個卓球7 卓球スクール	個バド3 個卓球7 クラブP	個バド3 バウンドテニス	個バド3 個卓球7 絆
小体育室	つくも会	チェアエクササイズ・にこにこ体操	個卓球8	つつじヶ丘スポーツ少年団
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

【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。
- ③各種大会については参加者及び関係以外の入場（観覧）はできません。

【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。

※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

12月1日 水曜日

	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	18:30-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					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
6コース											
個人定員	24	50	32	32	24	24	32	32	32	24	24

12月2日 木曜日

	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	18:30-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				アクアビクスJJ		ファースト			GAGANI
個人定員	24	40	40	50	32	32	32	40	32	24	24

12月3日 金曜日

	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	18:30-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		マーメイド		金魚		14:30-15:30 エンジョイアクア		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


12月4日 土曜日

	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	18:30-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		ムツゴロウ				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	32	32	32

12月5日 日曜日

	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	18:30-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									
個人定員	32	32	32	50	50	50	50	50	50	50	50

12月6日 月曜日

1コース	<div style="display: flex; align-items: center; justify-content: center;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-right: 20px;"> <p>休館日</p>  </div> <div style="border: 1px solid blue; border-radius: 50%; padding: 20px; text-align: center;"> <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> </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											

12月7日 火曜日

	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	18:30-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						14:30-15:30 エンジョイアクア		三鷹中			フリッパーズ
個人定員	40	40	40	32	24	24	24	32	32	24	24

12月8日 水曜日

	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	18:30-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					14:00-15:00 水中運動		三鷹中			18:30-20:00 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	24	24	32	24	24

12月9日 木曜日

	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	18:30-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				アクアビクスJJ		三鷹中 ファースト			GAGANI
個人定員	24	40	40	50	40	32	24	24	24	24	24

緊急事態宣言等によりプログラムの開始時間に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。

12月10日 金曜日												
	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	18:30-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					
6コース		マーメイド		金魚			エンジョイアクア	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
12月11日 土曜日												
	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	18:30-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13:30-15:00/Bクラス15:30-17:00					
6コース		ムツゴロウ					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	32	32	32	32
12月12日 日曜日												
	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	18:30-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	32	32	32
12月13日 月曜日												
	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	18:30-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		三鷹中				
個人定員	24	40	40	50	32	32	24	40	32	24	24	24
12月14日 火曜日												
	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	18:30-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					フリッパーズ
6コース		ファースト					エンジョイアクア					
個人定員	40	40	40	32	24	24	24	50	32	24	24	24
12月15日 水曜日												
	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	18:30-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		ひらめ会		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	
個人定員	24	32	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利用が可能です。小学1～3年生までの子どもは大人の付き添いが子ども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遊泳をお願いします。
- * 18:00以降に小・中学生が利用する際は、大人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順番待ちとなります。
- * 混雑時は1人ずつ案内します。同伴者と同時間で利用できない場合がありますので、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人までは同時に案内できます。それ以上で来館の場合は、同時間で利用できない場合があります。
- * 障害者1人に対して、付き添いの方1人までは同時に案内できます。それ以上で来館の場合は、同時間で利用できない場合があります。
- * 予定表作成後、変更になる場合があります。利用の前に利用当日の開放状況を電話にてご確認ください。