

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。電話でご確認ください。

(調布市総合体育館 042-481-6221)

6月1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85回加盟団体前期リーグ戦 男子の部 (卓球)			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				

6月2日 月曜日

	休館日			
大体育室				
小体育室				
会議室				

6月3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 バドスクール セキレイ	個バド3 個卓球8 バド連盟	個バド3 個卓球7	個バド3 個卓球8 地球防衛軍
小体育室	個卓球8	シェイプアップバランスボール・ビギナーズエアロ	深大寺卓球同好会	つつじヶ丘スポーツ少年団
会議室		体幹強化トレーニング		芦原空手

6月4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 バレスクール	個バド3 個卓球7 クラブPearl	個バド3 個卓球7 バウンドテニス	個バド3 個卓球7 個人バスケ
小体育室	Tぷろじえくと	チエアイクササイズ・にこにこ体操	ジャクパススポーツスクール	ナイトヨガスクール
会議室	わかばの会	太極拳白石会		

6月5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3 個卓球7 HAPPY CLUB
小体育室	フラサークル ヒナノ	転倒予防・ビギナーズエアロ	フレンド卓球クラブ	リラックスコンテンポラリーダンス・ボディメイクジャズダンス
会議室	初心者バレトンスクール	フラホアピリ	さわやか体操クラブ	福祉作業所等連絡会

6月6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	福祉作業所等連絡会運動会 ※ランニングコース解放なし		個バド3 個卓球8 コスモス	個バド3 個卓球8 Jr.育成バド
小体育室	個卓球8	ヘルシーウォーキング	ボールトレーニング	ファットバーニングエアロビクス
会議室	福祉作業所等連絡会運動会			芦原空手

6月7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6 個卓球8	個バド4 Belugaバスケ	個バド4 ミニバススクール	個バド6 なないろバレー
小体育室	ラン&フィットエアロビクス・わんぱく親子体操	個卓球8	個卓球8	個卓球8
会議室	フラオハナ	調布市フロアボール協会		芦原空手

6月8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	春季インディアカ大会			スポーツ少年団
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				

6月9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	個バド3 個卓球7 さくら	個バド3 個卓球7 バウンドテニス	個バド3 個卓球7 個人バスケ
小体育室	9・6 EPPC	バランスボール・体幹バランス	はじめてリズム・ピラティス	FLAT HILL
会議室	背骨コンディショニング	フラオハナ	ストレッチポールエクササイズ	芦原空手

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。電話でご確認ください。

(調布市総合体育館 042-481-6221)

6月10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8 バドスクール	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	シェイプアップバランスボール・ビギナーズエアロ	深大寺卓球同好会	スポ親会
会議室	調布市レディースバレーボール連盟	体幹強化トレーニング		芦原空手
6月11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 バドスクール	個バド3 個卓球7 クラブPearl	個バド3 個卓球7 バウンドテニス	個バド3 個卓球8 調布Jr.バド
小体育室	つくも会 チェリークラブ	チエアイクササイズ・にこにこ体操	ジャクパススポーツスクール	ナイトヨガスクール
会議室	わかばの会	山茶花の会	山茶花の会	
6月12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 レバレ連盟 スワロー	個バド3 個卓球8 エレガンス	個バド3 個卓球8 パロット	個バド3 個卓球7 ASTERISK
小体育室	個卓球8	転倒予防・ビギナーズエアロ	フレンド卓球クラブ	リラックスコンテンポラリーダンス・ボディメイクジャズダンス
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13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7 卓球スクール	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7 個人バスケ
小体育室	フレンド卓球クラブ	ヘルシーウォーキング	ボールトレーニング	ファットバーニングエアロビクス
会議室	ヨガスクール	フラレイクナ		芦原空手
6月14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6 個卓球8	個バド4 Belugaバスケ	個バド4 ミニバススクール	個バド6 フロアボール協会
小体育室	フィットボクシング60・わんぱく親子体操	個卓球8	個卓球8	個卓球8
会議室			バニラ	芦原空手
6月15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49回シングルス・第29回混合ダブルスバドミントン大会 ※ランニングコース開放なし			個バド5
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				

【個人利用について】

- ①表記・・・個バド3／個人バドミントン3面，個卓球8／個人卓球8台，個人バスケ／個人バスケットゴール2基
- ②定員・・・バドミントン／1グループ（1面）最大10人，卓球／1グループ（1台）最大10人，バスケットボール／定員なし
- ③個人バドミントン，個人卓球は当日各公開の15分前に抽選します。

受付時間内（※）に代表者が受付名簿に使用するメンバーの名前を記入してください。

受付時にメンバー全員が揃っていても抽選に参加できますが、当選した場合は受付したメンバーのみでの利用となります。

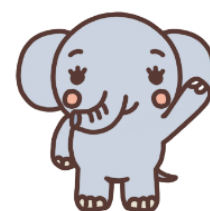
抽選後，空きのある場合は先着順となります。

※1公開目／午前8時30分～8時45分，2公開目／午前9時～11時45分，3公開目／正午～午後2時45分，4公開目／午後3時～5時45分

- ④個人バスケットボールは抽選せずに利用できます。

- ⑤用具の貸出しを行っております。バドミントン（ラケット・シャトル），卓球（ラケット・ボール），バスケットボール（ボール）

総合体育館ご利用方法，各種プログラム・スクールの掲載など
HPをご覧ください。



スポーツ協会HP

※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

プール休憩時間／9:55～10:05, 11:55～12:05, 13:55～14:05, 15:55～16:05, 17:55～18:05

6月1日 日曜日

	9:00	10:05-11:55	12:05-13:55	14:05-15:55	16:05-17:55	18:05	18:30-20:30
1コース							
2コース							
3コース							
4コース							
5コース		10:00～12:00					
6コース		サンデースイミング					

6月2日 月曜日

	休館日						
1コース							
2コース							
3コース							
4コース							
5コース							
6コース							

6月3日 火曜日

	9:00	10:05-11:55	12:05-13:55	14:05-15:55	16:05-17:55	18:05	18:30-20:30
1コース							
2コース							
3コース							
4コース				14:30-15:30			
5コース				インジョイ			
6コース				アクア			

6月4日 水曜日

	9:00	10:05-11:55	12:05-13:55	14:05-15:55	16:05-17:55	18:05	18:30-20:30
1コース							
2コース							
3コース							
4コース	9:20-9:50			14:00-15:00			18:30-20:30
5コース	水中	10:30-12:00	グッピー	水中運動	16:30～17:50		中上級スイミングスクール
6コース	ウォーキング	初心者スイミング			ジュニアスイミング		

6月5日 木曜日

	9:00	10:05-11:55	12:05-13:55	14:05-15:55	16:05-17:55	18:05	18:30-20:30
1コース							
2コース							
3コース							
4コース	9:20-9:50						GAGANI
5コース	水中						
6コース	ウォーキング			アクアJ	ファースト		

6月6日 金曜日

	9:00	10:05-11:55	12:05-13:55	14:05-15:55	16:05-17:55	18:05	18:30-20:30
1コース							
2コース	9:10-9:55						
3コース							
4コース				14:30-15:30			
5コース				インジョイ			
6コース	ヌードル	マーメイド	金魚	アクア	ドルフィンズ		

6月7日 土曜日

	9:00	10:05-11:55	12:05-13:55	14:05-15:55	16:05-17:55	18:05	18:30-20:30
1コース							
2コース							
3コース							
4コース				1クラス13:30～15:00／2クラス15:30～17:00			
5コース				ジュニアスイミングスクール			
6コース		ムツコロウ					GAGANI

6月8日 日曜日

	9:00	10:05-11:55	12:05-13:55	14:05-15:55	16:05-17:55	18:05	18:30-20:30
1コース							
2コース							
3コース							
4コース							
5コース		10:00～12:00					GAGANI
6コース		サンデースイミング					

6月9日 月曜日




	9:00	10:05-11:55	12:05-13:55	14:05-15:55	16:05-17:55	18:05	18:30-20:30
1コース							
2コース							
3コース							
4コース	9:20-9:50						
5コース	水中						19:00-20:00
6コース	ウォーキング			そよかぜ	16:30～17:50		スィム練習会

※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

プール休憩時間／9:55～10:05, 11:55～12:05, 13:55～14:05, 15:55～16:05, 17:55～18:05

6月10日 火曜日							
	9:00	10:05-11:55	12:05-13:55	14:05-15:55	16:05-17:55	18:05	18:30-20:30
1コース							
2コース							
3コース							
4コース				14:30-15:30 インジョイ アクア			
5コース							
6コース							
6月11日 水曜日							
	9:00	10:05-11:55	12:05-13:55	14:05-15:55	16:05-17:55	18:05	18:30-20:30
1コース							
2コース							
3コース							
4コース	9:20-9:50 水中 ウォーキング			14:00-15:00 水中運動			18:30-20:30 中上級スイミングスクール
5コース		10:30-12:00 初心者スイミング	グッピー		ポコポコホッピング		
6コース							
6月12日 木曜日							
	9:00	10:05-11:55	12:05-13:55	14:05-15:55	16:05-17:55	18:05	18:30-20:30
1コース							
2コース							
3コース							
4コース	9:20-9:50 水中 ウォーキング						
5コース		ファースト 希望の家					
6コース					ファースト		フリッパーズ
6月13日 金曜日							
	9:00	10:05-11:55	12:05-13:55	14:05-15:55	16:05-17:55	18:05	18:30-20:30
1コース							
2コース							
3コース	9:10-9:55						
4コース				14:30-15:30 インジョイ アクア			
5コース		マーメイド			ドルフィンズ		
6コース	ヌードル		金魚				
6月14日 土曜日							
	9:00	10:05-11:55	12:05-13:55	14:05-15:55	16:05-17:55	18:05	18:30-20:30
1コース							
2コース							
3コース							
4コース				1クラス13:30～15:00／2クラス15:30～17:00 ジュニアスイミングスクール			
5コース							GAGANI
6コース		ムツコロウ					
6月15日 日曜日							
	9:00	10:05-11:55	12:05-13:55	14:05-15:55	16:05-17:55	18:05	18:30-20:30
1コース							
2コース							
3コース							
4コース							
5コース		10:00～12:00 サンデースイミング					
6コース							

【コース表示例】

-  ⇒ ファミリーコース／初心者，水中歩行，ビート板使用の方，自由遊泳コース（コースロープと平行に遊泳）
 -  ⇒ ロングコース／25m以上続けて泳ぐコース，右側通行，ビート板使用不可
 -  ⇒ 水中歩行優先コース／歩く方優先コース，右側通行
- ※全コースクイックターンできます。

【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。
- * 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。



水中ウォーキング，インジョイアクア，水中運動，ヌードルトレーニング，スイム練習会，中上級スイミングスクール，サンデースイミングスクールは当日先着順でご参加いただけます。

総合体育館ご利用方法，各種プログラム・スクールの掲載などHPをご覧ください。



スポーツ協会HP