

団体予約の変更や各公開受付終了時間の申込数によって、個人利用の面数・台数が変更となる場合があります。

最新の情報は電話にてお問合せください。

(調布市総合体育館 TEL 042-481-6221)

6月1日 月曜日

休館日



6月2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7 ピックル十色	個バド2 北野台フェニックス アンディーズ
小体育室	サンライズ あやめクラブ	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	個卓球8
会議室		体幹強化トレーニング		芦原空手

6月3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 ピックル十色	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ぶろじえくと	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	わかば第一事業所ダンス班	太極拳白石会		

6月4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 スワロー	個バド3 個卓球8 エレガンス	個バド3 個卓球7 Sunny
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ツ・ボディーメイクジャズダンス
会議室	初心者バレトンスクール	さわやか体操クラブ		調布少年空手道

6月5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	ヨガスクール			芦原空手

6月6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 Peace & Win	個バド4 ミニバススクール	スポーツ少年団
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	親子で体操「赤ちゃん編」	調布市フロアボール協会		芦原空手

6月7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87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8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7 さくら	個バド3 個卓球7 ピックル十色	個バド2 個人バスケ HAPPY CLUB
小体育室	9・6 燦桜卓球クラブ	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	個卓球8
会議室	背骨コンディショニング	フラレイクナ	ストレッチポールエクササイズ	芦原空手

6月9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7 ピックル十色	個バド4 トマト2 野ばら
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	個卓球8
会議室		体幹強化トレーニング		芦原空手

団体予約の変更や各公開受付終了時間の申込数によって、個人利用の面数・台数が変更となる場合があります。

最新の情報は電話にてお問合せください。

(調布市総合体育館 TEL 042-481-6221)

6月10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 バレースクール	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
小体育室	フレンド卓球クラブ Tぷるじえくと	チエアイクササイズ・にこここ体操	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	わかば第一事業所ダンス班	山茶花の会	山茶花の会	

6月11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 スワロー	個バド3 個卓球8 パロット	個バド3 個卓球8 スワロー
小体育室	フラサークル エカヒ	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12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	燦桜卓球クラブ	ヘルシーウォーキング	ボールトレーニング	フットバーニングエアロビクス
会議室	ヨガスクール			芦原空手

6月13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	東京都スポーツ少年団 競技別交流大会 バレーボール競技			個バド4 Belugaバスケ
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	親子で体操「赤ちゃん編」		バニラ	芦原空手

6月14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			個バド7 バド連盟
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15日 月曜日

大体育室	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">休館日</div>			
小体育室				
会議室				

【個人利用について】 ★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

①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。(個人バスケットボールは抽選せずに利用できます。)

②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。

※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

③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、当選後は受付したメンバーのみでご利用ください。抽選後にメンバーを追加したり, 他のグループと一緒に利用することはできません。

④できるだけ多くの方にご利用いただくため, 申込多数の場合は抽選前に他のグループとの共同利用について, お伺いする場合がございます。ご協力をお願いします。

⑤抽選後に空きがある場合は, 先着順となります。

★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

★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 月曜日							
	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">休館日</div> 						
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2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3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	カエルの子		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4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						
5コース	水中						GAGANI
6コース	ウォーキング	ファースト		アクアJJ	ファースト		
6月5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		マーメイド		インジョイ	ドルフィンズ		
6コース	ヌードル		金魚	アクア			
6月6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		GAGANI		ジュニアスイミングスクール			GAGANI
6コース		ムソコロワ					
6月7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8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		スイム練習会
					ジュニアスイミング		
6月9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							
5コース				14:30-15:30			
6コース		ひらめ会		インジョイ			
				アクア			

※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 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11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						GAGANI
5コース		ファースト			ファースト		
6コース							
6月12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 インジョイ アクア			GAGANI
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13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 ムツコロウ			GAGANI		
6コース							
6月14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							
6月15日 月曜日							
1コース	<div style="text-align: center;">  <p>休館日</p> </div>						
2コース							
3コース							
4コース							
5コース							
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，エンジョイアクア，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