

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)

7月16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 Nico OG |
| 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 | 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 | |

7月17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8 Jr.育成バド |
| 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 |

7月18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6 個卓球8 | 個バド6 TOBISHO | 個バド6 フロアボール協会 |
| 小体育室 | ラン&フィットエアロビクス | N卓球クラブ サンライズ | 個卓球8 | 個卓球8 |
| 会議室 | | | | 芦原空手 |

7月19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50回シングルスバドミントン大会・第31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 | | | | |

7月20日 月曜日 (祝)

| | 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27回みんなDE交流大会 (フロアボール) ※ランニングコース開放なし | | | 個バド6 個人バスケ |
| 小体育室 | 個卓球8 | 個卓球8 | 個卓球8 | 個卓球8 |
| 会議室 | | フレイククナ | | 芦原空手 |

7月21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 エレガンス | 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 野ばら アモルフアス |
| 小体育室 | さつきクラブ 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 |

7月22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 CHOFUクラブ | 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 HAPPY CLUB |
| 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 | | さざんかの会 | さざんかの会 | |

7月23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7 朝日クラブ | 個バド3 個卓球8 エレガンス | 個バド3 個卓球8 トマト2 |
| 小体育室 | フラエカヒ | 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 | さわやか体操クラブ | |

7月24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 | CHOFU SPORTS キャンプ2026 | | | 個バド2 個人バスケ 石原PTA |
| 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 | | | | 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)

7月25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6 個卓球8 | 個バド6 個卓球8 | 個バド6 ABITOMO |
| 小体育室 | フィットボクシング60・わんぱく親子体操 | サンライズ | 調布三田会 | 個卓球8 |
| 会議室 | | 調布市フロアボール協会 | バニラ | 芦原空手 |

7月26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35回バタフライダブルス卓球大会 | | | 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 | | | | |

7月27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 CHOFUクラブ | 個バド3 個卓球7 ピックル十色 | 個バド3 個卓球7 アンディーズ | 個バド2 個人バスケ KSクラブ |
| 小体育室 | 9・6 燦桜卓球クラブ | 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 | フレイクナ | ストレッチポールエクササイズ | 芦原空手 |

7月28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 エレガンス | 個バド5 夏休みJr.バドスクール | 個バド3 個卓球7 ピックル十色 | 個バド3 チームCOM アモルファス |
| 小体育室 | 夏休みJr.卓球スクール | 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 | スワロー | 芦原空手 |

7月29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 ピックル十色 | 個バド5 夏休みJr.バドスクール | 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 個人バスケ |
| 小体育室 | 夏休みJr.卓球スクール | チエアエクササイズ・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 | | | | |

7月30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8 パロット | 個バド5 夏休みJr.バドスクール | 個バド3 個卓球8 スワロー | 個バド3 個卓球7 Sunny |
| 小体育室 | 夏休みJr.卓球スクール | 転倒予防・ビギナーズエアロ | FLAT HILL | 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 | | | さわやか体操クラブ | |

7月31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 CHOFUクラブ | 個バド5 夏休みJr.バドスクール | 個バド3 個卓8 コスモス | 個バド3 個卓球8 Jr.育成バド |
| 小体育室 | 夏休みJr.卓球スクール | 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ピクス |
| 会議室 | | | | 芦原空手 |

【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なく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)



※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

| 7月16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 | | | | | | |
| 6コース | ウォーキング | ファースト | | アクアJJ | ファースト | | フリッパーズ |
| 7月17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 | | | |
| 7月18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 | | | | | | | |
| 5コース | | | | | | | |
| 6コース | | GAGANI | | | | | |
| 7月19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 | | | | | | | |
| 6コース | | GAGANI | | | | | |
| 7月20日 月曜日 (祝) | | | | | | | |
| | 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 | | | | | | | |
| 6コース | | GAGANI | | | | | |
| 7月21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 | | | | インジョイ | | | |
| | | | | アクア | | | |
| 7月22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 | ひらめ会 | カエルの子 | 水中運動 | ポコポコホッピング | | 中上級スイミングスクール |
| 6コース | ウォーキング | | | | | | |
| 7月23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 | ファースト | | | | | |
| 6コース | ウォーキング | 希望の家 | | アクアJJ | ファースト | | GAGANI |
| 7月24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 | | | |

※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

| 7月25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 | | | | | | | |
| 5コース | | | | | | | |
| 6コース | | GAGANI | | | | | |
| 7月26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 | | | | | | | |
| 6コース | | GAGANI | | | | | |
| 7月27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 | | | | | | |
| 6コース | ウォーキング | | | そよかぜ | | | 19:00-20:00 スイム練習会 |
| 7月28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 | | GAGANI | | インジョイ | | | |
| 6コース | | | | アクア | | | |
| 7月29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 | | | | | | |
| 5コース | 水中 | | | 14:00-15:00 | | | |
| 6コース | ウォーキング | カエルの子 | GAGANI | 水中運動 | | | 18:30-20:30 中上級スイミングスクール |
| 7月30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 | | | | | | |
| 6コース | ウォーキング | | | | | | フリッパーズ |
| 7月31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 | | | | | | | |
| 5コース | | | | 14:30-15:30 | | | |
| 6コース | ヌードル | GAGANI | | インジョイ | | | ドルフィンズ |

【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確認ください。

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。

