

時間帯	9:00 ↓ 11:45	12:00 ↓ 14:45	15:00 ↓ 17:45	18:00 ↓ 20:45	9:00 ↓ 11:45	12:00 ↓ 14:45	15:00 ↓ 17:45	18:00 ↓ 20:45	9:00 ↓ 11:45	12:00 ↓ 14:45	15:00 ↓ 17:45	18:00 ↓ 20:45	9:00 ↓ 11:45	12:00 ↓ 14:45	15:00 ↓ 17:45	18:00 ↓ 20:45	9:00 ↓ 11:45	12:00 ↓ 14:45	15:00 ↓ 17:45	18:00 ↓ 20:45	9:00 ↓ 11:45	12:00 ↓ 14:45	15:00 ↓ 17:45	18:00 ↓ 20:45	9:00 ↓ 11:45	12:00 ↓ 14:45	15:00 ↓ 17:45	18:00 ↓ 20:45								
日	1日 月曜日				2日 火曜日				3日 水曜日				4日 木曜日				5日 金曜日				6日 土曜日				7日 日曜日				8日 月曜日							
大体育室	休館日 NEWプログラム フィットボクシング60 当日受付 金曜日 19:30~20:30 小体育室 1回500円 定員 先着50人				B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B2	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B
小体育室					T	T	T	フアモル	T	T	T	パロット	T	T	T	レバレ連盟	T	T	T	エレガンス	T	金曜日会	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T
会議室					レット	バド連盟	パロット	野ばら	ユニホ	南高校	クラブP	テニス	紳	パロット	レバレ連盟	スワロー	エレガンス	フェニックス	北ノ台	COM	チーム	セキレイ	トレーニング	CIFB	飛猿	フアモル	MV調布	SVC	上ノ原	飛猿	T	上ノ原	ドラゴン	フロアボールリーグ	スワロー	調布Jr
会議室					深大寺	桜花の会	深大寺	卓球	つくも会	チェア	ここに	T	調布RG	T	転倒予防	さわやか	T	じえくと	ウォーキング	太極拳	深大寺	ボクシング	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T		

日	9日 火曜日				10日 水曜日				11日 木曜日				12日 金曜日				13日 土曜日				14日 日曜日				15日 月曜日							
大体育室	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B2	B2	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	休館日 4月より ナイトヨガスクール 2クラス開催! 当日受付 水曜日 1クラス 18:20~19:20 2クラス 19:35~20:35 会議室 1回400円 定員 先着15人							
小体育室	T	T	T	フアモル	T	T	T	MC	パロット	T	サンレーヴス	T	COM	金曜日会	T2	T3	T	フロアボール講習会	T	T	T	T	T	T								
会議室	スクールド	バド連盟	エレガンス	野ばら	クラブP	テニス	パウンド	紳	レバレ連盟	東京	北クラブ	卓球	セキレイ	跳箱	調布Jrバド	調布太極拳	フレンド	T	T	T	T	T	T	T								
会議室	ウエズディ	トレーニング	深大寺	卓球	つくも会	チェア	ここに	T	転倒予防	T	HILL	T	ウォーキング	トレーニング	ボクシング	9:6	T	T	T	T	T	T	T	T								

個人利用

T B ③

↓ ↓ ↓

個人卓球7台以上
 個人バドミントン3面以上
 個人バスケットボール

T2 B2
 2台 2面

* 個人利用できる種目はバドミントン・卓球・バスケットボールです。個人バドミントン・卓球は時間帯によって開放面数が異なります。

* ラケット・シャトル・ボールは貸出しをしています(無料)。ご利用の際は必ず室内履きをご用意ください。

★ 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。TEL 042-481-6221



4月

2019年 4月 (16日~30日)

調布市総合体育館 月間予定表 大体育室・小体育室・会議室

2019年4月3日現在の予定

時間帯	9:00 ↓ 11:45	12:00 ↓ 14:45	15:00 ↓ 17:45	18:00 ↓ 20:45	9:00 ↓ 11:45	12:00 ↓ 14:45	15:00 ↓ 17:45	18:00 ↓ 20:45	9:00 ↓ 11:45	12:00 ↓ 14:45	15:00 ↓ 17:45	18:00 ↓ 20:45	9:00 ↓ 11:45	12:00 ↓ 14:45	15:00 ↓ 17:45	18:00 ↓ 20:45	9:00 ↓ 11:45	12:00 ↓ 14:45	15:00 ↓ 17:45	18:00 ↓ 20:45	9:00 ↓ 11:45	12:00 ↓ 14:45	15:00 ↓ 17:45	18:00 ↓ 20:45	9:00 ↓ 11:45	12:00 ↓ 14:45	15:00 ↓ 17:45	18:00 ↓ 20:45								
日	16日 火曜日				17日 水曜日				18日 木曜日				19日 金曜日				20日 土曜日				21日 日曜日				22日 月曜日				23日 火曜日							
大体育室	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B2	B2	B	B	B	B	B	B	調布市議会議員選挙 開票所 ※18:00~ランニングコース 開放なし ※プール・トレーニング室は 通常通り営業								B	B	B	B	B	B	B	B
	レイト	T	サン	フア	T	T	T	調布	スワ	T	T	シャ	C	金	T2	T													T	T	T	ⓑ	T	T	T	フア
	スク	バド	東京	野	バ	クラ	テニ	紳	レ	パ	エレ	は	ス	セ	ト	C	エ	飛	8	ミ									ク	フ	さ	シャ	ス	ス	エ	野
小体育室	T	ト	T	T	つ	チェ	キ	T	T	転	さわ	T	T	ウ	太	深	フ	T	T	T									サ	ト	バ	T	サ	ト	深	深
会議室	深	レ				白	太	ス	ス	ホ	調		ス	フ			く												ス				深			

日	24日 水曜日				25日 木曜日				26日 金曜日				27日 土曜日				28日 日曜日				29日 月曜日(祝)				30日 火曜日(休)								
大体育室	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B2	B	B2	B	B	B	B	第31回 調布市 レディース バレーボール 大会								B	B	B	B	B	B	B	B	
	T	T	T	調	T	T	T	T	T	金	T2	T5													T	T	T	ぐ	T	T	T	り	
	ス	クラ	テニ	紳	レ	朝	エレ	シャ	ス	セ	ト	ツ	T	M	M	共									ス	パ	エレ	調	ス	パ	エレ	調	
小体育室	つ	チェ	キ	T	フ	転	さわ	H	じ	ウ	太	深	フ	T	T	T	調	T	T	T					サ	FLAT			T				
会議室	盲		ス	ス	ス	ホ	調	ス	ス	フ			く																				

個人利用

T B ⓑ
 ↓ ↓ ↓
 個人卓球7台以上
 個人バドミントン3面以上
 個人バスケットボール

T2 B2
 2台 2面

* 個人利用できる種目はバドミントン・卓球・バスケットボールです。個人バドミントン・卓球は時間帯によって開放面数が異なります。

* ラケット・シャトル・ボールは貸出しをしています(無料)。ご利用の際は必ず室内履きをご用意ください。

★ 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。TEL 042-481-6221



4月

★トレーニング室につきましては「トレーニング室プログラム」をご覧ください

時間	1日 月曜日						2日 火曜日						3日 水曜日						4日 木曜日						5日 金曜日						6日 土曜日						7日 日曜日						8日 月曜日																																																																																															
	9-10	10-12	12-14	14-16	16-18	18半-20半	9-10	10-12	12-14	14-16	16-18	18半-20半	9-10	10-12	12-14	14-16	16-18	18半-20半	9-10	10-12	12-14	14-16	16-18	18半-20半	9-10	10-12	12-14	14-16	16-18	18半-20半	9-10	10-12	12-14	14-16	16-18	18半-20半	9-10	10-12	12-14	14-16	16-18	18半-20半	9-10	10-12	12-14	14-16	16-18	18半-20半																																																																																										
1コース	<div style="border: 2px solid blue; border-radius: 50%; padding: 10px; display: inline-block;"> 4月より エンジョイアクアは 火曜日のみ 開催となります 休館日 </div>																																																																																																																																									
2コース																																																																																																																																										
3コース																																																																																																																																										
4コース													エンジョイアクア																																																																																																																													
5コース													フリッパーズ						ウオーキング						三鷹中						グッピー						水中運動						GA G A N I						19																																																																																									
6コース													GA G A N I						三鷹中						ウオーキング						楽水会						三鷹中						アクアJJ						GA G A N I						マーメイド						金魚						ドルフィンズ						おととと						ムッコロウ						Jr スイム						GA G A N I						サンデー						GAGANI						ウオーキング						月曜会						そよかせ						ふみ月						ふみ月					
ランニングコース	個人利用						個人利用						個人利用						個人利用						個人利用						個人利用						個人利用						個人利用						個人利用						個人利用						個人利用						個人利用						個人利用						個人利用						個人利用																																																					

時間	9日 火曜日						10日 水曜日						11日 木曜日						12日 金曜日						13日 土曜日						14日 日曜日						15日 月曜日																																																																	
	9-10	10-12	12-14	14-16	16-18	18半-20半	9-10	10-12	12-14	14-16	16-18	18半-20半	9-10	10-12	12-14	14-16	16-18	18半-20半	9-10	10-12	12-14	14-16	16-18	18半-20半	9-10	10-12	12-14	14-16	16-18	18半-20半	9-10	10-12	12-14	14-16	16-18	18半-20半	9-10	10-12	12-14	14-16	16-18	18半-20半																																																												
1コース																																					<div style="text-align: center;"> 休館日 </div>																																																																	
2コース																																																																																																						
3コース																																																																																																						
4コース							エンジョイアクア																																																																																															
5コース							フリッパーズ						ウオーキング						グッピー						水中運動						ボコボコ												19																																																											
6コース							GA G A N I						ウオーキング						楽水会						JJ						アクア												三鷹中						GA G A N I						マーメイド						金魚						ドルフィンズ						おととと						ムッコロウ						Jr スイム						GA G A N I						サンデー					
ランニングコース	個人利用						個人利用						個人利用						個人利用						個人利用						個人利用						個人利用						個人利用						個人利用						個人利用						個人利用						個人利用						個人利用																													

エンジョイアクア ↓自由遊泳コース 午後2時半〜3時半	<div style="background-color: #ADD8E6; width: 20px; height: 20px; margin-bottom: 5px;"></div> ↓25m以上続けて泳ぐコース	<div style="background-color: #663399; width: 20px; height: 20px; margin-bottom: 5px;"></div> ↓歩く方優先コース	<div style="border: 2px solid blue; border-radius: 15px; padding: 5px; text-align: center;"> 全コースクイック ターンできます </div>
-----------------------------------	--	---	---

*プールは小学生以上のご利用が可能です。小学校1年生~3年生までのお子様は、大人（高校生以上）の付き添いが、お子様2人に対し1人必要です。
 プール水槽内では1対1で、手の届く範囲でご遊泳ください。小・中学生のみのご利用は18時までとなります。18時以降は大人（高校生以上）の付き添いが必要です。
 ★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。TEL 042-481-6221

4月

★トレーニング室につきましては「トレーニング室プログラムチラシ」をご覧ください。

時間	16日 火曜日					17日 水曜日					18日 木曜日					19日 金曜日					20日 土曜日					21日 日曜日					22日 月曜日					23日 火曜日									
	9 ↓ 10	10 ↓ 12	12 ↓ 14	14 ↓ 16	16 ↓ 18	18 ↓ 20 半	9 ↓ 10	10 ↓ 12	12 ↓ 14	14 ↓ 16	16 ↓ 18	18 ↓ 20 半	9 ↓ 10	10 ↓ 12	12 ↓ 14	14 ↓ 16	16 ↓ 18	18 ↓ 20 半	9 ↓ 10	10 ↓ 12	12 ↓ 14	14 ↓ 16	16 ↓ 18	18 ↓ 20 半	9 ↓ 10	10 ↓ 12	12 ↓ 14	14 ↓ 16	16 ↓ 18	18 ↓ 20 半	9 ↓ 10	10 ↓ 12	12 ↓ 14	14 ↓ 16	16 ↓ 18	18 ↓ 20 半									
1コース																																													
2コース																																													
3コース																																													
4コース																																													
5コース																																													
6コース																																													
ランニングコース	個人利用					個人利用					個人利用					個人利用					個人利用					個人利用					個人利用					個人利用									

時間	24日 水曜日					25日 木曜日					26日 金曜日					27日 土曜日					28日 日曜日					29日 月曜日(祝)					30日 火曜日(休)														
	9 ↓ 10	10 ↓ 12	12 ↓ 14	14 ↓ 16	16 ↓ 18	18 ↓ 20 半	9 ↓ 10	10 ↓ 12	12 ↓ 14	14 ↓ 16	16 ↓ 18	18 ↓ 20 半	9 ↓ 10	10 ↓ 12	12 ↓ 14	14 ↓ 16	16 ↓ 18	18 ↓ 20 半	9 ↓ 10	10 ↓ 12	12 ↓ 14	14 ↓ 16	16 ↓ 18	18 ↓ 20 半	9 ↓ 10	10 ↓ 12	12 ↓ 14	14 ↓ 16	16 ↓ 18	18 ↓ 20 半	9 ↓ 10	10 ↓ 12	12 ↓ 14	14 ↓ 16	16 ↓ 18	18 ↓ 20 半									
1コース																																													
2コース																																													
3コース																																													
4コース																																													
5コース																																													
6コース																																													
ランニングコース	個人利用					個人利用					個人利用					個人利用					個人利用					個人利用					個人利用														

エンジョイアクア

午後2時半〜3時半

↓自由遊泳コース

↓25m以上続けて泳ぐコース

↓歩く方優先コース

全コースクイックターンできます

*プールは小学生以上のご利用が可能です。小学校1年生~3年生までのお子様は、大人(高校生以上)の付き添いが、お子様2人に対し1人必要です。
 プール水槽内では1対1で、手の届く範囲でご遊泳ください。小・中学生のみのご利用は18時までとなります。18時以降は大人(高校生以上)の付き添いが必要です。
 ★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。TEL 042-481-6221