

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 土曜日				2日 日曜日				3日 月曜日				4日 火曜日				5日 水曜日				6日 木曜日				7日 金曜日				8日 土曜日			
大体育室	B3	B	B4	B	春季 インディアカ 大会 ※ランニングコース 開放なし				フロア ボールリーグ				休館日				B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B
	T	ラララ	ミニバス	ペンギンズ													T	T	T	フアモスル	T	T	T	調布RG	T	T	T	MC	調布市 福祉作業所 運動会 ※ランニング コース開放なし			
小体育室	サポ ート	医 科 学	T	T	T	調布 太極拳	T	T	T	ウエ スデ ィ	ト ィ ッ カ ル	卓 球	深 大 寺	T	じ え く と	チ ェ ア	キ ッ ド ス	フ レ ン ド	転 倒 予 防	さ わ や か	T	T	ウ ォ ェ ル シ ィ ン グ	太 極 拳	深 大 寺	ポ ク シ ィ ン グ	上ノ 原 サ ン デ ィ	JTC				
会議室										深 大 寺 体 操	桜 花 の 会	シ 筋 ヨ ン テ ィ			白 石 会	太 極 拳	ス ク ィ ル	ス ク ィ ル	ス バ ク ィ ル	ホ ア ピ ラ リ		調布市 福祉作業所運動会				ダ ル ッ シ ィ	チ ェ ア	く す の 木 会				

日	9日 日曜日				10日 月曜日				11日 火曜日				12日 水曜日				13日 木曜日				14日 金曜日				15日 土曜日						
大体育室	第74回加盟団体 前期リーグ戦 (卓球)				B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B
					T	T	T	T	T	T	T	フアモスル	T	T	T	絆	T	T	T	ゼロ	C チ ィ ム	金 曜 日 会	T2	T	第2回 ミニフロアボール 春季大会 ※ランニングコース 開放なし				B		
小体育室	調布 太極拳	T	T	T	バ ラ ン ス	ト ィ ッ カ ル	バ ラ ン ス	H I L L A T	飛 田 給	ト ィ ッ カ ル	卓 球	深 大 寺	T	フ ラ ナ	チ ェ ア	キ ッ ド ス	フ レ ン ド	転 倒 予 防	さ わ や か	T	T	ウ ォ ェ ル シ ィ ン グ	太 極 拳	深 大 寺					ポ ク シ ィ ン グ	T	テ ィ シ ョ ン
会議室					ス ト ー リ ィ ン グ		ハ ー ソ ナ ル テ ィ ン グ		深 大 寺 体 操	レ バ レ 連 盟	シ 筋 ヨ ン テ ィ			盲 卓 球	ス ク ィ ル	太 極 拳	ス ク ィ ル	ス バ ク ィ ル	ホ ア ピ ラ リ	調布少年 空手道	ス ク ィ ル	フ ラ ク ナ ィ	ダ ル ッ シ ィ	チ ェ ア					パ ニ ラ		

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

2019年 6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5月8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 日曜日				17日 月曜日				18日 火曜日				19日 水曜日				20日 木曜日				21日 金曜日				22日 土曜日				23日 日曜日							
大体育室	第17回 近隣地区 交流親善 バレーボール 大会				B ドルフ原				休館日 				B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B2	B	B	B	B	B	B	第43回 シングルス&ミックス バドミントン大会			
													T	T	T	SBC	T	T	T	調布RG	T	T	T	ゼロ	C H O F U クラブ	スワロー	T2	T	調布市 ソフトバレー 交流会	MV 調布						
小体育室	調布 太極拳	T	T	T	ウエ ズディ	ト フィシ カル	卓球	深 大寺	T	つ くも 会	チェ ア	キ d's	ス ク	オ ハナ	転 倒 予 防	さ わ や か	T	T	ウ ォ ル シ ン グ	太 極 拳	深 大 寺	ポ ク シ ン グ	T	T	T	T	調布 太極拳	T	T	T						
会議室					深 大 寺	桜 花 の 会	筋 コ ン テ イ			白 石 会	太 極 拳	ス ク	ス ク	ス バ レ ト ン	ホ ア ピ ラ リ	調布少年 空手道		ス ク	フ ラ レ イ	ダ ル ト シ ン	チ ェ ア		く す の 木	ム ソ ゴ ロ ウ												

日	24日 月曜日				25日 火曜日				26日 水曜日				27日 木曜日				28日 金曜日				29日 土曜日				30日 日曜日					
大体育室	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B2	B	B	B	B	B	B	第31回 七夕杯 レディース バレーボール 大会					
	T	T	T	ⓑ	T	T	T	野ばら	T	T	T	調布RG	T	T	T	ツナ60g	T	T3	T2	T	T	T	T	T					B	B
小体育室	バ ラ ン ス	ト レ ニ ン グ	バ ラ ン ス	体 幹	ウ ェ ズ デ イ	ト レ ニ ン グ	卓 球	深 大 寺	T	つ く も 会	チェ ア	キ d's	フ レ ン ド	転 倒 予 防	さ わ や か	T	ウ ォ ル シ ン グ	太 極 拳	深 大 寺	ポ ク シ ン グ	上 ノ 原 サ ン デ ー	T	T	T	T	T	T	T	T	
会議室	ス ト レ ッ チ		ハ ー ソ ナ ル ト レ ニ ン グ		深 大 寺	筋 コ ン テ イ			盲 卓 球	ス ク	太 極 拳	ス ク	ホ ア ピ ラ リ	調布少年 空手道		ス ク	フ ラ レ イ	ダ ル ト シ ン	チ ェ ア			パ ニ ラ								

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

6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	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					9:10 ↓ 10:12 ↓ 12:14 ↓ 14:16 ↓ 16:18 ↓ 18:20 半										
	1日 土曜日					2日 日曜日					3日 月曜日					4日 火曜日					5日 水曜日					6日 木曜日					7日 金曜日					8日 土曜日					
1コース											 <p>休館日</p> 																														
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					利用可					個人利用					個人利用					個人利用					個人利用					個人利用										

時間	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									
	9日 日曜日					10日 月曜日					11日 火曜日					12日 水曜日					13日 木曜日					14日 金曜日					15日 土曜日				
1コース																																			
2コース																																			
3コース																																			
4コース																																			
5コース																																			
6コース																																			
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									

エンジョイアックア
 ↓自由遊泳コース
 午後2時半~3時半

↓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

★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 日曜日					17日 月曜日					18日 火曜日					19日 水曜日					20日 木曜日					21日 金曜日					22日 土曜日					23日 日曜日									
	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														



時間	24日 月曜日					25日 火曜日					26日 水曜日					27日 木曜日					28日 金曜日					29日 土曜日					30日 日曜日														
	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																			

エンジョイアクア
 ↓自由遊泳コース
 午後2時半~3時半
 全コースクイック
 ターンできます

↓25m以上続けて泳ぐコース
 ↓歩く方優先コース

*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