

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				B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B2 T3	B	B	東京都卓球連盟 リーグ戦				B2	B	B	B	B	B	B	B	B								
小体育室					T	T	T	調布Jr バド	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T					Cチ OIM M	金 曜 日 会	T2 鉄棒	T	T	T	T	太 極 拳	T	T	T	T	バ ラ ン ス	ト ス テ ッ プ	バ ラ ン ス	体 幹 ス	T
会議室					スク バ ド ル	バ ド 連 盟	エ レ ガ ン ス	防 衛 軍 地 球	ス ク ー ル バ レ ー	ク ラ ブ P	テ ニ ス ド		レ バ レ 連 盟	ク ラ ブ 朝 日	パ ロ ッ ト	M C	ス ク ー ル 卓 球	セ キ レ イ	コ ス モ ス	調 布 J r									く す の 木 会					ハ ニ ラ					ス ト レ ッ チ バ レ ー	ル ー シ ー	ハ ー ソ ナ ル ト レ ー ニ ン グ

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(祝)			
大体育室	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B2 T3	B	B	障害福祉課 ほりでー ぶらん				B	B	B	第22回 みんなDE ネオホッケー 交流大会 ※ランニングコース 開放なし				B
小体育室	T	T	T	防 衛 軍 地 球	T	T	T	絆	T	T	T	W H I T E	T	金 曜 日 会	T2 鉄棒	T					障 害 福 祉 課 ホ リ デ ー フ ラ ン	ラ ラ ラ	フ ロ ア ボ ー ル リ ー グ					北 ク ラ ブ
会議室	ス ク ー ル バ ド ル	バ ド 連 盟	エ レ ガ ン ス	野 ば ら	ス ク ー ル バ レ ー	ク ラ ブ P	テ ニ ス ド	ヒ ズ ミ ン	レ バ レ 連 盟	パ ロ ッ ト	W H I T E	ス ク ー ル 卓 球	セ キ レ イ	ト レ ー ニ ン グ	エ レ ガ ン ス	ラ ラ ラ					フ ロ ア ボ ー ル リ ー グ	フ ロ ア ボ ー ル リ ー グ	フ ロ ア ボ ー ル リ ー グ					

**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 7月 (16日~31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7月1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	B	B2	B	B	B	B	B	B					B	B	B	B	B	B	B	B				
	T	T	T	野ばら	T	T	T	MC	パロット	T	T		COM	金曜日会	T2	T												ⓑ	T	T	T	フアモスル				
	スクバドール	バド連盟	スワロー	フアモスル	スクール	フレンズ	テニス	バウンド	連盟	エレガンス			卓球	セキレイ	鉄棒	SBC	MV調布	T	T						ボール協会											
小体育室	ウェンステイ	トフィッカル	深大寺	T	つくも会	チェア	キッズ	T	T	転倒予防	さわやか	T	T	ウォールキック	深大寺	ボクシング	T	ジュニア育成(卓球)	T						スクール	夏休み	トステッブ	体幹	T	スクール	夏休み	トフィッカル	深大寺	T		
会議室	深大寺	桜花の会	筋コンディ	芦原会館	ゆめゆる	太極拳	ナイトヨガ		ホアピラ	調布少年空手道			クラクナ	フラレイ	チェア	芦原会館	くすの木	北ノ台							スクール	スルーシー	パーソナル		深大寺			筋コンディ	芦原会館			
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				30日 火曜日				31日 水曜日							
大体育室	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B2	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	絆	T	T	T		T	金曜日会	T	T																ⓑ	エレガンス	T	フアモスル	T	T	T	T	
	スワロー	クラブP	テニス	バウンド	MC	朝日	パロット	はなみづき	COM	セキレイ	コスモス	Koryo	T	ラララ	MV調布		バド連盟	CHOFU	フレンズ	さくら					レイト	スワロー	エレガンス	調布Jr	セキレイ	パロット	テニス	バウンド	SBC			
小体育室	スクール	チェア	HILLAT	T	スクール	転倒予防	さわやか	T	スクール	ウォールキック	トレーニング	ボクシング	原サンデー	T	T	T	調布太極拳	T	T	T					フレンド	トステッブ	体幹	T	T	T	T	スクール	つっしゅ			
会議室	盲卓球		ナイトヨガ	バド連盟	ホアピラ	調布少年空手道			深大寺	フラレイ	ダットン	チェア	芦原会館									スクール	スルーシー	パーソナル	芦原会館					ナイトヨガ						

\* 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 7月(15日~31日)

調布市総合体育館 月間予定表 プール・ランニングコース

2019年7月1日現在の予定

★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	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	9 ↓ 10	10 ↓ 12	12 ↓ 14	14 ↓ 16	16 ↓ 18	9 ↓ 10	10 ↓ 12	12 ↓ 14	14 ↓ 16	16 ↓ 18	9 ↓ 10	10 ↓ 12	12 ↓ 14	14 ↓ 16	16 ↓ 18	9 ↓ 10	10 ↓ 12	12 ↓ 14	14 ↓ 16	16 ↓ 18	9 ↓ 10	10 ↓ 12	12 ↓ 14	14 ↓ 16	16 ↓ 18										
	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				
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									
	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					30日 火曜日					31日 水曜日				
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					個人利用									

\*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

7月