

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 木曜日				2日 金曜日				3日 土曜日				4日 日曜日				5日 月曜日				6日 火曜日				7日 水曜日				8日 木曜日							
大体育室	B	B	B	B	B	B2 T3	B	B	B	B	B	B	被災地支援事業 調布・福島 フレンドリー カップ				フロアボールリーグ				休館日				B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B2
	エレガンスレバレ連盟	T	T		T	金曜日会	T	T					被災地支援事業 調布・福島 フレンドリー カップ				フロアボールリーグ				休館日				T	T	T	T	T	T	T	T	スワロー	T	T	はなみずき
	ククラブ朝日	スワロー			COM	セキレイ		エレガンス	T	アマール	T	ゼロ	被災地支援事業 調布・福島 フレンドリー カップ				フロアボールリーグ				休館日				レイトオ	バド連盟		地球 防衛軍		クラブP	テニス	絆	連盟	エレガンス	パロット	北クラブ
小体育室	T	転倒予防	さわやか体操	T	じえくと	ウォーキング	トレーニング	ボクシング	上原サンデー 9・6	T	フレンド	T	調布太極拳	T	T	T					サンライズ ウェンディ	トフィニナル	卓球 深大寺	T	じえくと	チェア ここに	つくも会	つっけけ丘	T	転倒予防	さわやか体操	T				
会議室		ホアピラ	調布少年空手道			フラレイ		芦原会館	くすのき会		バナラ		被災地支援事業												クラブ・ゴルフ 桜花の会	芦原会館	ストレッチ	太極拳 白石会	ナイトヨガ スクール	バド連盟	ホアピラ					

日	9日 金曜日				10日 土曜日				11日 日曜日(祝)				12日 月曜日(振)				13日 火曜日				14日 水曜日				15日 木曜日								
大体育室	B	B2 T3	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	B	B	B	
	T	金曜日会	T	T	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	エレガンス	
		セキレイ		調布JR	T	ミニバレー 876便				スワロー	ゼロ	MV調布	CHOFU クラブ	飛猿	さくら		エレガンス	バド連盟	スワロー	地球 防衛軍			テニス	M	C	スワロー	パロット	朝日 クラブ					
小体育室	じえくと	ウォーキング	トレーニング	ボクシング	フレンド 9・6	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	サンライズ さつき	トフィニナル	卓球 深大寺	HLALT	つくも会 じえくと	チェア ここに	T	T	フレンド 9・6	転倒予防	T	T		
会議室		フラレイ		芦原会館																													

個人利用

T ↓ 個人卓球7台以上

B ↓ 個人バドミントン3面以上

ⓑ ↓ 個人バスケットボール

T2 2台

B2 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



8月

2019年 8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8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 金曜日				17日 土曜日				18日 日曜日				19日 月曜日				20日 火曜日				21日 水曜日				22日 木曜日				23日 金曜日			
大体育室	B	B2	B	B	第33回 ニッタク レディース大会 (卓球)	B	飛猿	休館日	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	第34回 レディース大会 (バドミントン)	調 布 J r						
	T	セキレイ	T	T					T	T	T	野ばら	T	T	T	T	パロット	T		はなみづき	T											
	C O M	金曜日会		北クラブ					T	防衛軍	M V 調布	ポ ー ロ ア 協 会	レ バ イ ト オ	バ ド 連 盟	パ ロ ッ ト	フ ア モ ル	セ キ レイ	フ レ ン ズ	テ ニ ス	エ レ ガ ン ス	連 盟	レ バ レ	エ レ ガ ン ス				ゼ ロ					
小体育室	Tぶろ レスく	ウ ォ ハ ル シ ン グ	ト レ ー ニ ン グ	ポ ク シ ン グ	上 原 サ ン テ ー 9・6	T	T	T	T	T	T	T	サン ライ ズ	ト フ ィ シ カ ル 卓 球	深 大 寺	T	フレ ン ド	チ ェ ア	T	エ カ ヒ	T	転 倒 予 防	T	T	T	T	T	フ ィ ッ シ ン グ				
会議室				芦 原 会 館	く す の 木 会				ニッタク レディース大会							芦 原 会 館	ス ト レ ッ チ	白 太 極 拳		ナ イ ト ヨ ガ		ホ ア フ ラ リ	調 布 少 年 空 手 道		フ ラ レ イ		芦 原 会 館					

日	24日 土曜日				25日 日曜日				26日 月曜日				27日 火曜日				28日 水曜日				29日 木曜日				30日 金曜日				31日 土曜日			
大体育室	ジュニア育成 地域推進事業 ミニバス 審判講習会				チャレンジ イン調布 インディアカ 大会 ※ランニングコース 開放なし				B				三菱電機 WORLD CHALLENGE CUP 2019 2019年8月29日(木)~9月1日(日) 武蔵野の森総合スポーツプラザ 主催/一般財団法人日本車いすバスケットボール連盟 公益財団法人日本障がい者スポーツ協会				上記大会に出場するチームの練習会場 ※利用時間が変更となる場合がありますので、お問い合わせください。				B	B2	B	B	つ つ じ ヶ 丘 ス ポ 少	H F I L L A T	T					
																					T	金 曜 日 会	コ ス モ ス	T				B	B	B	B	
																					C H O F U	セ キ レイ	ト レ ー ニ ン グ	北 ク ラ ブ				T	T	T	S 上 V ノ C 原	
小体育室	T	T	T	T	調 布 太 極 拳	T	T	T	T	ト レ ー ニ ン グ	バ ラ ン ス	T	T	T	ト フ ィ シ カ ル 卓 球	チ ェ ア	こ こ に こ	T	T	T	転 倒 予 防	T	T	フ レ ン ド	ウ ォ ハ ル シ ン グ	T	ポ ク シ ン グ	つ つ じ ヶ 丘 ス ポ 少	H F I L L A T	T		
会議室	ジュニア育成 地域推進事業 ミニバス 審判講習会				インディアカ 連盟				ス ト レ ッ チ	ル ー ラ ー		パ ー ソ ナ ル ト レ ー ニ ン グ		芦 原 会 館	盲卓球				ナ イ ト ヨ ガ	ホ ア フ ラ リ	調 布 少 年 空 手 道		フ ラ レ イ	芦 原 会 館								

* 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



★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 ↓ 12 ↓ 14 ↓ 16 ↓ 18 半 ↓ 20 半					9 ↓ 10 ↓ 12 ↓ 14 ↓ 16 ↓ 18 半 ↓ 20 半					9 ↓ 10 ↓ 12 ↓ 14 ↓ 16 ↓ 18 半 ↓ 20 半					9 ↓ 10 ↓ 12 ↓ 14 ↓ 16 ↓ 18 半 ↓ 20 半					9 ↓ 10 ↓ 12 ↓ 14 ↓ 16 ↓ 18 半 ↓ 20 半					9 ↓ 10 ↓ 12 ↓ 14 ↓ 16 ↓ 18 半 ↓ 20 半					9 ↓ 10 ↓ 12 ↓ 14 ↓ 16 ↓ 18 半 ↓ 20 半																			
	1日 木曜日					2日 金曜日					3日 土曜日					4日 日曜日					5日 月曜日					6日 火曜日					7日 水曜日					8日 木曜日														
1コース																																																		
2コース																																																		
3コース																																																		
4コース																																																		
5コース	ウォーキング																																																	
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	9 ↓ 10 ↓ 12 ↓ 14 ↓ 16 ↓ 18 半 ↓ 20 半					9 ↓ 10 ↓ 12 ↓ 14 ↓ 16 ↓ 18 半 ↓ 20 半					9 ↓ 10 ↓ 12 ↓ 14 ↓ 16 ↓ 18 半 ↓ 20 半					9 ↓ 10 ↓ 12 ↓ 14 ↓ 16 ↓ 18 半 ↓ 20 半					9 ↓ 10 ↓ 12 ↓ 14 ↓ 16 ↓ 18 半 ↓ 20 半					9 ↓ 10 ↓ 12 ↓ 14 ↓ 16 ↓ 18 半 ↓ 20 半																			
	9日 金曜日					10日 土曜日					11日 日曜日(祝)					12日 月曜日(振)					13日 火曜日					14日 水曜日					15日 木曜日														
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

