

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 水曜日				2日 木曜日				3日 金曜日				4日 土曜日				5日 日曜日				6日 月曜日				7日 火曜日				8日 水曜日					
大体育室	B	B	B	B	B	B	B	B	調布市 福祉作業所 運動会 ※ランニング コース開放なし	B	B	B	B	全日本社会人 都予選会 (バドミントン) ※ランニングコース開放なし	休館日 				B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B
	T	T	T	ZERO	T	T	T	はなみつき		T2	T	ミニバス	調布Jr						セキレイ	T	T	平成たんぼぼ塾	T	T	T	絆	T	T	T	絆	T	T	T	絆
	セキレイ	V.S.C	テニス	バウンド	北クラブ	レバレ連盟	スワロー	パロット		ZERO	スクール	調布Jr	S上ノ原						スクール	パド連盟	パロット	スクール	パド連盟	パロット	スクール	パド連盟	パロット	スクール	パド連盟	パロット	スクール	パド連盟	パロット	スクール
小体育室	つくも会	チェア ここに	Kids チャレンジ	T	オハナ	転倒予防	さわやか 体操	T	ウォール キック	卓球連盟	T	T	T	T	T	ウェン ステイ	卓球	深大寺	T	つくも会	チェア ここに	Kids チャレンジ	T	つくも会	チェア ここに	Kids チャレンジ	T							
会議室	中国源流 気功太極拳		太極拳 スクール		スクリーン Houpi		福祉 作業所		調布市 福祉作業所 運動会	アフラヒ	健空手	くすの木 会	BOOK T					深大寺 体操	桜花 の会	ダンベル 体操	POWER C				盲卓球	スクリーン 太極拳								

日	9日 木曜日				10日 金曜日				11日 土曜日				12日 日曜日				13日 月曜日				14日 火曜日				15日 水曜日						
大体育室	B	B	B	B	B	B2	B	B	B	B	B	B	B	B	B2	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B3
	エレガンス	T	T	MC	COM	セキレイ	T2	T	第68回加盟団体 前期リーグ戦 (卓球)	スクリーン	布田UHC	ミニバス 876便	GG	T	T	T	T	T	T	T	T	防衛軍 地球	T	T	T	Jr 育成					
	レバレ連盟	スワロー	パロット	HOOKU	スクールド	ウォール キック	トレーニング	調布Jr		スクールド	布田UHC	ミニバス 876便	GG	調布 太極拳	オハナ	フラス	体幹 ヒナノ	フラス	フラス	フラス	フラス	フラス	フラス	フラス	フラス	フラス	フラス	フラス	フラス	フラス	
スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン		スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	
小体育室	T	転倒予防	さわやか 体操	T	T	ウェン ステイ	深大寺	卓球連盟	T	T	T	T	調布 太極拳	オハナ	フラス	体幹 ヒナノ	フラス	フラス	フラス	フラス	フラス	フラス	フラス	フラス	フラス	フラス	フラス	フラス	フラス		
会議室	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン	スクリーン		

個人利用

↓ 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 2台

B2 2面

③



* 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

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 木曜日				17日 金曜日				18日 土曜日				19日 日曜日				20日 月曜日				21日 火曜日				22日 水曜日				23日 木曜日			
大体育室	B	B	B	B	B	B2 T3	B	B	親子DEスポーツ体験プロジェクト B B B	B	B	B	フロアボールリーグ	第14回 近隣地区親善バレーボール大会	休館日  	B	B	B	B	B	B	B	B	B3	B	B	B	B	B	B	B	B
	T	T	T	MC	T	金曜日会	T2 鉄棒	T									調布Jr	平成たんぼぼ塾	T	T	T	Jr育成	T	T	T	Jr育成	エレガンスレバレ連盟	T	T	T		
	レバレ連盟	エレガンス	パロット	はなみつき	スクパド	ウォールキック	トレニング	調布Jr									ミニバレー 876便	ボール協会	ボール協会	ボール協会	ボール協会	スクパド	バド連盟	スワロー	スワロー	スクパド	フレンズ	テニス	バウンド	調布Jr	スクパド	フレンズ
小体育室	ヒナノ	転倒予防	さわやか体操	T	ヒナノ	ウェンステイ	太極拳	深大寺	卓球連盟	T	T	T	T	調布太極拳	T	T	T	さつき	ウェンステイ	卓球	深大寺	T	つくも会	チェア	キッズ	T	転倒予防	さわやか	CM.S.I.C.I			
会議室	スクパド	調布少年	調布少年	調布少年	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド			

日	24日 金曜日				25日 土曜日				26日 日曜日				27日 月曜日				28日 火曜日				29日 水曜日				30日 木曜日				
大体育室	B	B2 T3	B	B	B	B	B	B	第40回 シングルス&ミックス大会 (バドミントン)	B	B	B	B	B	B	B	B2	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B
	T	セキレイ	T2 鉄棒	T	フロアボール	MHTS バド部	フロアボール	T						レイト	スワロー	T	平成たんぼぼ塾	T	T	T	MC	エレガンス	T	ZERO					
	スクパド	ウォールキック	トレニング	スワロー	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド						スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド
小体育室	ウェンステイ	フレンド	太極拳	深大寺	卓球連盟	T	T	T	JTC	調布太極拳	T	T	T	T	トステッパ	バランス	体幹	T	T	卓球	深大寺	T	じえくと	チェア	キッズ	T	転倒予防	T	T
会議室	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド	スクパド

個人利用

↓ 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 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




★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																								
	1日 水曜日						2日 木曜日						3日 金曜日						4日 土曜日						5日 日曜日						6日 月曜日						7日 火曜日						8日 水曜日																	
1コース																																																												
2コース																																																												
3コース																																																												
4コース		Little Angels				19 ↓ 中上級 スイム																																																						
5コース	ウォーキング	初心者スイム	グッピー				ウォーキング	楽水会					ウォーキング						ウォーキング						ウォーキング							ウォーキング							ウォーキング							ウォーキング														
6コース			水中運動	Jr. スイム																																																								
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																							

休館日

時間変更のお知らせ



★4月より★
水中ウォーキング
月曜日
9時20分～
9時50分
エンジョイアクア
火曜日・金曜日
14時30分～
15時30分
となります

	9日 木曜日						10日 金曜日						11日 土曜日						12日 日曜日						13日 月曜日						14日 火曜日						15日 水曜日																	
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	楽水会		Little Angels		とびうお																																																
6コース				アクア JJ																																																		
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

午後2時半～3時半

↓歩く方優先コース

↓25m以上続けて泳ぐコース

↓自由泳コース

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	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												
	16日 木曜日						17日 金曜日						18日 土曜日						19日 日曜日						20日 月曜日						21日 火曜日						22日 水曜日						23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	楽 水 会		ア ク ア J J		と び う お		マ ー メ イ ド	金 魚	エ ン ジ ョ イ ア ク ア	ド ル フ イ ン ズ	お っ と っ と	フ ァ ー ス		ム ツ ゴ ロ ウ	Jr. ス イ ム		GA GA NI		サ ン デ ー					GA GA NI																							
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											

休館日

時間変更のお知らせ



★4月より★
水中ウォーキング
月曜日
9時20分～
9時50分
エンジョイアクア
火曜日・金曜日
14時30分～
15時30分
となります

	24日 金曜日						25日 土曜日						26日 日曜日						27日 月曜日						28日 火曜日						29日 水曜日						30日 木曜日											
1 コ ー ス																																																
2 コ ー ス																																																
3 コ ー ス																																																
4 コ ー ス																																																
5 コ ー ス	マ ー メ イ ド	金 魚	エ ン ジ ョ イ ア ク ア	ド ル フ イ ン ズ	お っ と っ と			ム ツ ゴ ロ ウ	Jr. ス イ ム		GA GA NI		サ ン デ ー					GA GA NI		ウ ォ ー キ ン グ	月 曜 会		Jr. ス イ ム	19 ス イ ム 練 習 会																								
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

午後2時半～3時半

全コースクイックターンできます

↓歩く方優先コース
 ↓25m以上続けて泳ぐコース
 ↓自由遊泳コース

*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