

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	市民体育祭 9人制 バレー ボール競技 (一般女子の部)				 休館日 				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 T T T				T T T T				T T T T				T T T T				T T T T				T T T T				T T T T				T T T T																																																			
	G G								スクール				バド連盟				スワロー				野ばら				卓球				V.S.C.				テニス				絆				レバレ				エレガンス				サンレーヴス				はなみづき				CHOFU				セキレイ				トレニング				調布Jr																			
小体育室	調布太極拳				T T T T				ダッシュA				フアマリア				卓球				深大寺				T				つくも会				チェア				キッズ				T				9・6				転倒予防				T				C.M.S.I.C				フレンド				ウォールキック				深大寺				卓球連盟				T T T T				調布太極拳				T T T T			
会議室					深大寺				桜花の会				POWER				スクール				太極拳				スクラトル				Hoopai				調布少年				空手道				スクール				クラクナイ				アフラヒ				健空手				くすの木				BOOK・ST				バナラ																							

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				31日 月曜日																																																																																							
大体育室	B B B B2				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 B B				B B B B				B B B B																																																																											
	T T T T				T T T T				T T T T				T T T T				T T T T				T T T T				T T T T				T T T T				T T T T				T T T T				T T T T				T T T T																																																																							
	COM				フレンズ				さくら				B				レット				エレガンス				サンレーヴス				上ノ原				セキレイ				V.S.C.				テニス				C.F.B				レバレ				スワロー				エレガンス				北クラブ				COM				セキレイ				トレニング				調布Jr				f a c e				ラララ				T				JBP				バド連盟				COM				フレンズ				さくら				B			
小体育室	オハラ				トレニング				体幹				C.M.S.I.C				ダッシュA				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				T				ウォールキック				深大寺				卓球連盟				T				つつじが丘				T T T T				T T T T																															
会議室	ボール				エカヒ								深大寺				チーシー				POWER				盲卓球				スクール				太極拳				スクラトル				Hoopai				調布少年				空手道				スクール				クラクナイ				アフラヒ				健空手				くすの木				BOOK・ST				一客え				ボール																																			

* 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 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																																																
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																																									



休館日



↓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

	9日 日曜日						10日 月曜日(祝)						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	利用可						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(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

10月

