

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	B B B B				市民体育祭 9人制 バレーボール競技 (ママさんの部)				フロアボールリーグ				B B B B2				B B B B				B B B B				B B B B				市民体育祭 バスケットボール 競技 (一般の部)				B						
	市民体育祭 バスケットボール 競技 (一般の部)																																				MV調布		
小体育室	T	T	T	T	調布太極拳				T	T	T	T	T				フアメラ	卓球	深大寺	T	つくも会	チェア	キッズ	T	フレンド	転倒予防	T	T	T	T	T	T	ウォールキック	深大寺	卓球連盟	T	T	T	T
会議室	キネシオ		BOOK・T		バナナ				深大寺	桜花の会	ダンベル	POWER	スクール	桜花の会	ダンベル	POWER	スクール	桜花の会	ダンベル	POWER	スクール	桜花の会	ダンベル	POWER	スクール	桜花の会	ダンベル	POWER	スクール	桜花の会	ダンベル	POWER	スクール	桜花の会	ダンベル	POWER			



日	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			
大体育室	市民体育祭 バドミントン競技 (団体の部) ※ランニングコース 開放なし				B B B B				B B B B				B B B B				B B B B2				B B B B				市民体育祭 バスケットボール競技 (小学生の部) ※ランニングコース開放なし			
	フェイク				フレンド				MV調布				GG				T T T T				T T T T							
小体育室	調布太極拳	T	T	T	ダッシュ	卓球	深大寺	T	つくも会	チェア	キッズ	T	フレンド	転倒予防	さわやか	T	ウォールキック	深大寺	卓球連盟	T	T	T	T					
会議室	深大寺	ダンベル	POWER	盲卓球	スクール	太極拳	スクール	太極拳	スクール	太極拳	スクール	太極拳	スクール	太極拳	スクール	太極拳	スクール	太極拳	スクール	太極拳	スクール	太極拳	スクール	太極拳				

個人利用

T B ⑧

↓ ↓ ↓

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

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			
小体育室	調布 太極拳	T	T	T	ダッシュ A				フ ラ メ リ ア	卓 球	深 大 寺	T	つ く も 会	チ ェ ア	こ こ こ	キ ン ド シ	T	9・6				転 倒 予 防	T	C M E S I C I	フ レ ン ド	ウ ォ ー ル シ ン グ	太 極 拳	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 体 操				桜 花 の 会		P O W E R		ス ク ー ル	太 極 拳		ス バ ク レ ー ル	H o a p i	調 布 少 年 空 手 道		ス ク ー ル	ク ラ ク ナ	フ ラ レ イ	ア フ ラ ヒ	健 空 手	く す の 木 会	B O O K S T		バ ニ 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	B2	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B2
	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	絆	パ ロ ッ ト	T	T	M C	T	金 曜 日 会	T2	鉄 棒	T	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	J r 育 成
	C O I M M	フ レ ン ズ	さ く ら	ⓑ	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 I F U B	レ バ レ	ス ワ ロ ー	エ レ ガ ン ス	北 ク ラ ブ	C O I M M	セ キ レ イ	ト レ ニ ン グ	ポ ー ル シ ン グ	調 布 J r	f a c e	ラ ラ ラ	T	J B P	ラ ラ ラ	T	つ つ し が 丘 ス ポ ー ツ	T	T	T	T	T	ⓑ	
小体育室	オ フ ラ	ト レ ニ ン グ	バ ラ ン ス	C M E S I C I	ダ ッ シ ュ A	深 大 寺 卓 球	T	T	つ く も 会	チ ェ ア	こ こ こ	キ ン ド シ	T	転 倒 予 防	さ わ や か 体 操	T	ウ ェ ン ス テ ィ	ウ ォ ー ル シ ン グ	太 極 拳	深 大 寺	卓 球 連 盟	T	T	つ つ し が 丘 ス ポ ー ツ	T	T	T	T	T	T	T	T	T		
会議室	バ ラ ン ス	エ カ ヒ			深 大 寺 体 操	チ ー シ ー 会	P O W E R		盲 卓 球	ス ク ー ル	太 極 拳		ス バ ク レ ー ル	H o a p i	調 布 少 年 空 手 道	ス ク ー ル	ク ラ ク ナ	フ ラ レ イ	ア フ ラ ヒ	健 空 手	く す の 木 会	B O O K S T					一 客 え					バ ラ ン ス			

* 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					18	9					18	9					18	9					18	9					18																	
	10	12	14	16	18	半	10	12	14	16	18	半	10	12	14	16	18	半	10	12	14	16	18	半	10	12	14	16	18	半	10	12	14	16	18	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						個人利用						個人利用						個人利用						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

