


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(祝)																			
大体育室	 休館日				B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B2 T3	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				市民体育祭 9人制 バレーボール競技 (一般女子の部)				フロアボールリーグ				B	B	B	B												
小体育室					パロット	T	T	防衛軍 地球	T	T	T	T	T	T	パロット	防衛軍 地球	T	金曜日会	T2 跳箱	T													スクールド	バド連盟	エレガンス	野ばら	スクールド	バド連盟	エレガンス	野ばら	スクールド	バド連盟	エレガンス	野ばら	スクールド	バド連盟	エレガンス	野ばら
会議室					スクールド	バド連盟	エレガンス	野ばら	スクールド	バド連盟	エレガンス	野ばら	スクールド	バド連盟	エレガンス	野ばら	スクールド	バド連盟	エレガンス	野ばら													スクールド	バド連盟	エレガンス	野ばら	スクールド	バド連盟	エレガンス	野ばら	スクールド	バド連盟	エレガンス	野ばら	スクールド	バド連盟	エレガンス	野ばら

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																		
大体育室	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B2	B2	B2 T3	B	B	B	B	B	B	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				市民体育祭 バスケットボール競技 (一般の部)				休館日														
小体育室	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	T	深大寺 ネオホッケー	T	金曜日会	T2 跳箱	T	T	T	T	スクールド													バド連盟	エレガンス	野ばら	スクールド	バド連盟	エレガンス	野ばら	スクールド	バド連盟	エレガンス	野ばら
会議室	スクールド	バド連盟	エレガンス	野ばら	スクールド	バド連盟	エレガンス	野ばら	スクールド	バド連盟	エレガンス	野ばら	スクールド	バド連盟	エレガンス	野ばら	スクールド	バド連盟	エレガンス	野ばら													スクールド	バド連盟	エレガンス	野ばら	スクールド	バド連盟	エレガンス	野ばら	スクールド	バド連盟	エレガンス

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

2018年 10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

2018年9月20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	B2	B	B2	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								PTA連合会 バドミントン大会 ※ランニングコース 開放なし								B	B	B	B②	シニア トリプル 交流会 バドミントン				B	B				
	T	T	T	フアモル	T	T	T	T	T	T	T	北クラブ	T	T3	T2	調布Jr																	T	T	T	S上 Vノ C原					T	T	T	エレガンス	T	フアモル
	スクール	バド連盟	エレガンス	野ばら	スケール ボール	V・S・ C	テニス	調布RG	レバレ 連盟	エレガンス	パロット	ミニバス 上ノ原	スクール 卓球	東京 レバ ール	トレ ー ニ ン グ	C i u b																	CHOFU クラブ	フレ ン ズ	さくら	⑧					エレガンス	野ばら				
小体育室	フアフラ	エクササイズ 改善	卓球	深大寺	T	つくも会	チェア ここに	キッズ チャレンジ	Delight	フレンド 9.6	転倒予防	さわやか 体操	T	ウェンズ デー	ウォー キング	深大寺 太極拳	T	T	T	T	T	調布市フェンシング大会				バ ラン ス	トレ ー ニ ン グ	バ ラ ン ス	T	T	エクササイズ 改善	卓球	深大寺	T												
会議室	深大寺 体操	桜花の会	ダンベル 体操			パンダ 会	スク ール	太極 拳	ナイ ト ヨ ガ	スク ール	ホ ア ピ ラ	調布少年 空手道		スク ール	ク ラ ク ナ	チ ェ ア						バニラ				Y a n s m	調布市フェンシング大会				ス ル ー シ ー		パーソ ナル トレ ー ニ ン グ	n a m a t a g i	深大寺 体操	フア フラ										
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	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								第16回 りんどう杯 レディース バレーボール 大会								B	B	B	B2	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B		
	T	T	T	絆	T	T	T	フロア ボール	T	T2	調 布 J r	T																	T	T	T	T	T	T	⑧	T	T	T	フア モ ル	セ キ レ イ	T	T	調 布 R G			
	セ キ レ イ	V・S・ C	テ ニ ス	調 布 J r	レ バ レ 連 盟	パ ロ ット	ス ワ ロ ー	フ ロ ア ボ ール	CHOFU クラブ	トレ ー ニ ン グ	C i u b	バ ド 連 盟																	C O M M	セ キ レ イ	さ くら	ミ ニ バ ス	上 ノ 原	レ ッ ト	ス ワ ロ ー	パ ロ ット	野 ば ら	ス ケ ール	フ レ ン ズ	テ ニ ス	M C					
小体育室	つくも会	チェア ここに	フレ ンド	T	フレ ンド	転倒 予防	さわ やか 体操	T	じ え く と	ウォ ー キ ン グ	深大 寺 太極 拳	T	T	T	T	T	調 布 太 極 拳	T	T	T	バ ラ ン ス	ト レ ー ニ ン グ	バ ラ ン ス	T	さ つ き	エク サ イ ズ 改 善	フア フラ	T	T	チェア ここに	キ ズ シ ン ジ	T														
会議室	盲卓 球	スク ール	太極 拳	ナイ ト ヨ ガ	スク ール	ホ ア ピ ラ	調布少年 空手道		スク ール	ク ラ ク ナ	チ ェ ア		く す の 木 会								ス ル ー シ ー		パーソ ナル トレ ー ニ ン グ	n a m a t a g i	フア フラ						スク ール	太極 拳	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




★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					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 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(祝)									
1コース																																													
2コース	休館日																																												
3コース	休館日																																												
4コース	休館日																																												
5コース	休館日																																												
6コース	休館日																																												
ランニングコース	休館日																																												

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														
	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									
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																																								

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

\*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

