

2019年 1月 (1日~15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1月9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	1日 火曜日(祝)				2日 水曜日				3日 木曜日				4日 金曜日				5日 土曜日				6日 日曜日				7日 月曜日				8日 火曜日						
大体育室	 <p>年始休館</p> <p>平成31年1月4日(金)より通常通り営業いたします。</p>								バレーボール連盟		B	B	B2	B	B		B		B		B		フロアボールリーグ		B	B	B	B	B6		B2	B	B		
小体育室									T2		金曜日会	T	防衛軍	地球連盟	バレー	T	ミニバレー		ミニバレー		T		飛猿		北クラブ	COM	セキレイ	⑧		レディース初打ち大会(バドミントン)		T8		T	ファームスル
会議室									Tぶろ		ウォールキング	フレンド	T	T	調布南校	調布南校	876便	876便	T		調布	T	T	T	ボール	トレーニング	体幹	FLAT	T	エクササイズ	卓球	深大寺	T		
									ウェンステイ		ダルトン	チェア	くすの会												ストレー	パルナ			深大寺	バド連盟					

日	9日 水曜日				10日 木曜日				11日 金曜日				12日 土曜日				13日 日曜日				14日 月曜日(祝)				15日 火曜日						
大体育室	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B2	B	B	障害者余暇活動支援事業				B	B	ナイスミドル&ヤングホッケー大会				B	B	B	B	B	B	B	B	
小体育室	T	T	T	MC	T	T	T		T	金曜日会	T2	跳箱	フロアボールクラブ				T		飛猿	T	エレガンス	さくら	CBBC	スクールド	バド連盟	スワロー	野ばら				
会議室	盲卓球				スクール	太極拳	ナイトヨガ	スクール	スクール	スクール	スクール	スクール	スクール	スクール	スクール	スクール	スクール	スクール	スクール	スクール	スクール	スクール	スクール	スクール	スクール	スクール	スクール	スクール	スクール	スクール	スクール

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

⑧ ↓ 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



2019年 1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1月9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 水曜日				17日 木曜日				18日 金曜日				19日 土曜日				20日 日曜日				21日 月曜日				22日 火曜日				23日 水曜日					
大体育室	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B2 T3	B	B	B	B	B2	B	第43回 冬季 ダブルス大会 (バドミントン)	B	 休館日 								B	B	B	B	B	B	B	B
	T	T	T	T	T	T	T	防衛軍 地球	T	セキレイ	T2 跳箱	T	T	T	T3	B											レイトオ	T	T	野ばら	T	T	T	T
	スクール バレー	フレンズ	バウンド テニス	ヒズミン トン	レバレ連盟	エレガンス	パロット	はなみつき	スクール 卓球	金曜日会	トレニング ボール	調布J バド	T	T	ミニバス スクール	ポフロア ボール協会											スクール バド	バド連盟	パロット	ピック シャトル	スクール バレー	フレンズ	テニス	バウンド
小体育室	つくも会	チェア ここに	Kids チャレンジ	Dei ght	フレンド 9・6	転倒予防 体操	さわやか 体操	T	トレス ステップ	ウォーキング	深大寺 太極拳	SSK II	9・6 フレンド	卓球技術 講習会	T	調布 太極拳	T	T	T	T	T	エクササイズ 動作改善	卓球	深大寺	T	つくも会	チェア ここに	Kids チャレンジ	HILL ALT					
会議室			太極拳 スクール	ナイトヨガ スクール	バレトン スクール	ホアピラ	調布少年 空手道	スクール ヨガ	フラレイ ククナ	ダットン チェア			くすの 会	北ノ台 ピンポン	バナラ														盲卓球	太極拳 スクール	ナイトヨガ スクール			
日	24日 木曜日				25日 金曜日				26日 土曜日				27日 日曜日				28日 月曜日				29日 火曜日				30日 水曜日				31日 木曜日					
大体育室	B	B	B	B	B	B2 T3	B	B	硬式野球連盟 審判講習会 (雨天時は 個人 バドミントン)	B	B1	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	
	スワロー	T	T	ツナ60g	チーム COM	セキレイ	T2 跳箱	T			ミニバス スクール	ペンギンズ	飛猿	調布市 バレーボール連盟 (ソフトバレー)	バド連盟	CHOFU クラブ	フレンズ	さくら	⑤	スクール バド	バド連盟	エレガンス	野ばら	スクール バレー	V・S・ C	バウンド テニス	絆	レバレ連盟	スワロー	エレガンス	はなみつき			
	レバレ連盟	エレガンス	パロット	調布少年 空手道	スクール 卓球	金曜日会	トレニング ボール	BFB Club			ウォーキング	深大寺 太極拳	HILL ALT	T	スポーツ 少年団	T	T	T	T	T	バランス ボール	トレニング ステップ	パーソナル トレーニング	深大寺 体操	エクササイズ 動作改善	卓球	深大寺	T	つくも会	チェア ここに	Kids チャレンジ	T	転倒予防 体操	さわやか 体操
会議室	バレトン スクール	ホアピラ	調布少年 空手道	スクール ヨガ	フラレイ ククナ	ダットン チェア								ルーシー ローラー																	食事講座 栄養と	調布少年 空手道		


* 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 ↓ 18:半 ↓ 20:半					9:10 ↓ 10:12 ↓ 12:14 ↓ 14:16 ↓ 16:18 ↓ 18:20 ↓ 18:半 ↓ 20:半					9:10 ↓ 10:12 ↓ 12:14 ↓ 14:16 ↓ 16:18 ↓ 18:20 ↓ 18:半 ↓ 20:半					9:10 ↓ 10:12 ↓ 12:14 ↓ 14:16 ↓ 16:18 ↓ 18:20 ↓ 18:半 ↓ 20:半					9:10 ↓ 10:12 ↓ 12:14 ↓ 14:16 ↓ 16:18 ↓ 18:20 ↓ 18:半 ↓ 20:半					9:10 ↓ 10:12 ↓ 12:14 ↓ 14:16 ↓ 16:18 ↓ 18:20 ↓ 18:半 ↓ 20:半					9:10 ↓ 10:12 ↓ 12:14 ↓ 14:16 ↓ 16:18 ↓ 18:20 ↓ 18:半 ↓ 20:半																																																											
	1日 火曜日(祝)					2日 水曜日					3日 木曜日					4日 金曜日					5日 土曜日					6日 日曜日					7日 月曜日					8日 火曜日																																																						
1コース	<p style="text-align: center;">年始休館</p> <p style="text-align: center;">平成31年 1月4日(金)より通常通り営業いたします。</p> 																																																																																									
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																																																																																										

時間	9日 水曜日					10日 木曜日					11日 金曜日					12日 土曜日					13日 日曜日					14日 月曜日(祝)					15日 火曜日														
	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																																													

↓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


★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	10:10	12:14	14:16	16:18	18:18半	20:20半	9:10	10:10	12:14	14:16	16:18	18:18半	20:20半	9:10	10:10	12:14	14:16	16:18	18:18半	20:20半	9:10	10:10	12:14	14:16	16:18	18:18半	20:20半	9:10	10:10	12:14	14:16	16:18	18:18半	20:20半	9:10	10:10	12:14	14:16	16:18	18:18半	20:20半														
	16日 水曜日							17日 木曜日							18日 金曜日							19日 土曜日							20日 日曜日							21日 月曜日							22日 火曜日							23日 水曜日						
1コース																																																								
2コース																																																								
3コース																																																								
4コース							19																																																	
5コース	ウォーキング	グッピー	水中運動	Jr.	中上級スイム	ウオーキング	楽水会	ウオーキング	MAI	金魚	エンジョイアクア	三鷹中	GA	おととつと	ムツゴロウ	Jr スイム	GAGANI	サンデー																																						
6コース							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							個人利用													
	24日 木曜日							25日 金曜日							26日 土曜日							27日 日曜日							28日 月曜日							29日 火曜日							30日 水曜日							31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JJ	三鷹中	GA	MAI	金魚	エンジョイアクア	ドルフィンズ	おととつと	ムツゴロウ	Jr スイム	GAGANI	サンデー																																										
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																				

休館日

1月19日(土) ~ 3月8日(金)

非常扉改修工事のためランニングコース片側通行となります。



*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