

※今後の新型コロナウイルス感染症の状況により、内容が変更となる場合があります。

3月16日 火曜日													
	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	19時以降 使用中止		
1コース													
2コース													
3コース													
4コース													
5コース						14時30分～15時30分		ファースト					
6コース		ファースト				エンジョイアクア		調布北高校					
個人定員	40	40	40	32	24	24	24	24	24	50			
3月17日 水曜日													
	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	19時以降 使用中止		
1コース													
2コース													
3コース													
4コース	9時20分 ～9時50分												
5コース	水中ウォーキング				グッピー	水中運動							
6コース								16時30分～17時50分					
個人定員	24	50	32	32	24	24	32	32	32	50			
3月18日 木曜日													
	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	19時以降 使用中止		
1コース													
2コース													
3コース													
4コース	9時20分 ～9時50分												
5コース	水中ウォーキング	楽水会											
6コース						アクアビクスJJ		ファースト					
個人定員	24	32	32	50	32	32	24	24	24	50			
3月19日 金曜日													
	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	19時以降 使用中止		
1コース													
2コース													
3コース													
4コース													
5コース						14時30分～15時30分							
6コース		マーメイド		金魚		エンジョイアクア		ドルフィンズ					
個人定員	32	32	32	32	24	24	24	32	32	50			
3月20日 土曜日 (祝)													
	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	19時以降 使用中止		
1コース													
2コース													
3コース													
4コース													
5コース													
6コース		ムツゴロウ						GAGANI					
個人定員	32	32	32	50	32	32	32	32	32	50			
3月21日 日曜日													
	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	19時以降 使用中止		
1コース													
2コース													
3コース													
4コース													
5コース													
6コース		サンデースイミングスクール						GAGANI					
個人定員	32	32	32	50	50	50	32	32	32	50			
3月22日 月曜日													
	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	18時30分～ラスト	19時～20時 スイム練習会	
1コース													
2コース													
3コース													
4コース	9時20分 ～9時50分												
5コース	水中ウォーキング	アップルジュウス											
6コース		月曜会				そよかぜ		16時30分～17時50分					
個人定員	24	32	32	50	32	32	32	32	32	24	24	24	
3月23日 火曜日													
	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	18時30分～ラスト	フリッパーズ	
1コース													
2コース													
3コース													
4コース													
5コース						14時30分～15時30分							
6コース						エンジョイアクア		GAGANI					
個人定員	40	40	40	32	24	24	24	32	32	24	24	24	
3月24日 水曜日													
	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	18時30分～ラスト	19時～20時30分 中上級スイミングスクール	
1コース													
2コース													
3コース													
4コース	9時20分 ～9時50分												
5コース	水中ウォーキング				グッピー	水中運動							
6コース													
個人定員	24	50	32	32	24	24	50	50	32	24	24	24	

※今後の新型コロナウイルス感染症の状況により、内容が変更となる場合があります。

3月25日 木曜日												
	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	18時30分～ラスト	
1コース												
2コース												
3コース												
4コース	9時20分 ～9時50分 水中ウォーキング											
5コース		楽水会										
6コース						アクアビクスJJ		ファースト				GAGANI
個人定員	24	32	32	50	40	40	40	40	32	24	24	24
3月26日 金曜日												
	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	18時30分～ラスト	
1コース												
2コース												
3コース												
4コース												
5コース						14時30分～15時30分						フリッパーズ
6コース		マーメイド		金魚		エンジョイアクア		ドルフィンズ				おととと
個人定員	32	32	32	32	24	24	24	32	32	24	24	24
3月27日 土曜日												
	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	18時30分～ラスト	
1コース												
2コース												
3コース												
4コース												
5コース												
6コース		ムツゴロウ				GAGANI						
個人定員	32	32	32	24	24	24	24	50	50	50	50	50
3月28日 日曜日												
	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	18時30分～ラスト	
1コース												
2コース												
3コース												
4コース												
5コース		サンデースイミングスクール										
6コース										GAGANI		
個人定員	32	32	32	50	50	50	32	32	32	32	32	32
3月29日 月曜日												
	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	18時30分～ラスト	
1コース												
2コース												
3コース												
4コース												
5コース	9時20分 ～9時50分 水中ウォーキング	GAGANI				GAGANI						19時～20時
6コース								16時30分～17時50分				スイム練習会
個人定員		24	24	24	32	24	24	24	32	32	24	24
3月30日 火曜日												
	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	18時30分～ラスト	
1コース												
2コース												
3コース												
4コース												
5コース		GAGANI				14時30分～15時30分		GAGANI				フリッパーズ
6コース						エンジョイアクア						
個人定員	24	24	24	32	24	24	24	24	24	24	24	24
3月31日 水曜日												
	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	18時30分～ラスト	
1コース												
2コース												
3コース												
4コース	9時20分 ～9時50分 水中ウォーキング											
5コース						水中運動		GAGANI				19時～20時30分
6コース												中上級スイミングスクール
個人定員	24	50	50	32	24	24	24	24	24	24	24	24

【コース表示例】

- ⇒ 自由遊泳コース
- ⇒ 25m以上続けて泳ぐコース ※全コースクイックターンできます。
- ⇒ 歩く方優先コース

【注意事項】

- * プールは小学生以上のご利用が可能です。小学1～3年生までのお子様は大人の付き添いがお子様2人に対し、1人必要となります。
- なお、屋内プール水槽内では手の届く範囲でご遊泳をお願いします。
- * 18:00以降に小・中学生がご利用する際は、大人の方の付き添いが必要となります。
- * 個人利用の定員に達している場合はお待ちいただきます。
- * 混雑時は1人ずつご案内いたします。同伴者と同時にご利用いただけない場合がございますので、ご了承ください。
- * 大人（保護者）1人に対して、子ども（小・中学生）2人までは同時にご案内できます。それ以上でお越しの場合は、同時にご利用いただけない場合がございます。
- * 障害者1人に対して、付き添いの方1人までは同時にご案内できます。それ以上でお越しの場合は、同時にご利用いただけない場合がございます。
- * 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。042-481-6221

令和3年3月（16日～31日） 調布市総合体育館 体育室・会議室予定表

令和3年3月8日現在

令和2年12月1日（火）～令和3年8月31日（火）まで大・小体育室が改修工事により利用できません。

※今後の新型コロナウイルス感染症の状況により、内容が変更となる場合があります。

3月16日 火曜日				
	1公開目（9時～11時45分）	2公開目（12時～14時45分）	3公開目（15時～17時45分）	4公開目（18時～20時45分）
大・小体育室	改修工事			
会議室	ヘルシーエクササイズ (ゆるゆるストレッチ/ピギナーズエアロ/フィジカルトレーニング/はじめてエアロ)			使用中止
3月17日 水曜日				
	1公開目（9時～11時45分）	2公開目（12時～14時45分）	3公開目（15時～17時45分）	4公開目（18時～20時45分）
大・小体育室	改修工事			
会議室	ゆるゆるストレッチ	太極拳白石会	さわやか体操	使用中止
3月18日 木曜日				
	1公開目（9時～11時45分）	2公開目（12時～14時45分）	3公開目（15時～17時45分）	4公開目（18時～20時45分）
大体育室	改修工事			
会議室	初心者バレトンスクール	フラホアピリ	調布少年空手道	使用中止
3月19日 金曜日				
	1公開目（9時～11時45分）	2公開目（12時～14時45分）	3公開目（15時～17時45分）	4公開目（18時～20時45分）
大・小体育室	改修工事			
会議室	ヨガスクール	フライククナ	ルーシーダットン	使用中止
3月20日 土曜日 (祝)				
	1公開目（9時～11時45分）	2公開目（12時～14時45分）	3公開目（15時～17時45分）	4公開目（18時～20時45分）
大・小体育室	改修工事			
会議室	芦原会館	SSK II	バニラ	使用中止
3月21日 日曜日				
	1公開目（9時～11時45分）	2公開目（12時～14時45分）	3公開目（15時～17時45分）	4公開目（18時～20時45分）
大・小体育室	改修工事			
会議室	調布チアリーディングクラブ		調布Jr.バドミントンクラブ	使用中止
3月22日 月曜日				
	1公開目（9時～11時45分）	2公開目（12時～14時45分）	3公開目（15時～17時45分）	4公開目（18時～20時45分）
大・小体育室	改修工事			
会議室	ストレッチポール	バランスボール	おとこの筋トレ	SSK II
3月23日 火曜日				
	1公開目（9時～11時45分）	2公開目（12時～14時45分）	3公開目（15時～17時45分）	4公開目（18時～20時45分）
大・小体育室	改修工事			
会議室	ヘルシーエクササイズ (ゆるゆるストレッチ/ピギナーズエアロ/フィジカルトレーニング/はじめてエアロ)			芦原会館
3月24日 水曜日				
	1公開目（9時～11時45分）	2公開目（12時～14時45分）	3公開目（15時～17時45分）	4公開目（18時～20時45分）
大・小体育室	改修工事			
会議室	パーソナルトレーニング	盲卓球		ナイトヨガスクール

令和3年3月（16日～31日） 調布市総合体育館 体育室・会議室予定表

令和3年3月8日現在

令和2年12月1日（火）～令和3年8月31日（火）まで大・小体育室が改修工事により利用できません。

※今後の新型コロナウイルス感染症の状況により、内容が変更となる場合があります。

3月25日 木曜日				
	1公開目（9時～11時45分）	2公開目（12時～14時45分）	3公開目（15時～17時45分）	4公開目（18時～20時45分）
大・小体育室	改修工事			
会議室	初心者バレトンスクール	フラホアピリ	さわやか体操	調布少年空手道
3月26日 金曜日				
	1公開目（9時～11時45分）	2公開目（12時～14時45分）	3公開目（15時～17時45分）	4公開目（18時～20時45分）
大・小体育室	改修工事			
会議室		フライククナ	ルーシーダットン	芦原会館
3月27日 土曜日				
	1公開目（9時～11時45分）	2公開目（12時～14時45分）	3公開目（15時～17時45分）	4公開目（18時～20時45分）
大・小体育室	改修工事			
会議室	くすの木会	北ノ台お楽しみピンポンクラブ	SSK II	
3月28日 日曜日				
	1公開目（9時～11時45分）	2公開目（12時～14時45分）	3公開目（15時～17時45分）	4公開目（18時～20時45分）
大・小体育室	改修工事			
会議室	SSK II		芦原会館	
3月29日 月曜日				
	1公開目（9時～11時45分）	2公開目（12時～14時45分）	3公開目（15時～17時45分）	4公開目（18時～20時45分）
大・小体育室	改修工事			
会議室	ストレッチポール		おとこの筋トレ	
3月30日 火曜日				
	1公開目（9時～11時45分）	2公開目（12時～14時45分）	3公開目（15時～17時45分）	4公開目（18時～20時45分）
大・小体育室	改修工事			
会議室	ヘルシーエクササイズ (ゆるゆるストレッチ/ピギナーズエアロ/フィジカルトレーニング/はじめてエアロ)			芦原会館
3月31日 水曜日				
	1公開目（9時～11時45分）	2公開目（12時～14時45分）	3公開目（15時～17時45分）	4公開目（18時～20時45分）
大・小体育室	改修工事			
会議室	ゆるゆるストレッチ			ナイトヨガスクール

【注意事項】

予定表作成後、変更になる場合があります。利用前に利用当日の開放状況を電話にて確認ください。

【新型コロナウイルス感染症感染防止の対応】

- ①館内ではマスク着用をお願いします。（運動中以外は必須とします）
- ②「新型コロナウイルス感染症対策チェックリスト」の記入と提出をお願いします。
- ③利用にあたっては、3密（密閉・密集・密接）を避けるように協力してください。
- ④来館前に発熱や風邪の症状がないか確認してください。
- ⑤過去2週間以内に発熱や感冒症で受診や服薬等をした方の利用はできません。
- ⑥利用後2週間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した場合は、速やかに下記まで連絡願います。

調布市総合体育館／指定管理者 公益社団法人調布市体育協会

TEL 042-481-6221