

団体予約の変更によって、個人利用のスケジュールが変更となる場合があります。また、緊急事態宣言等によりプログラムの開始時間が変更になる場合があります。ホームページ・電話でご確認ください。（調布市総合体育館 042-481-6221）

9月16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	個バド3   個卓球7   レバレ連盟	個バド3   個卓球8   パロット	個バド3   エレガンス	個バド2   ツナ60g   ハッピークラブ
小体育室	9・6   フレンド	転倒予防・ビギナーズエアロ	個卓球8	個卓球8
会議室	初心者バレトンスクール	フラホアピリ		
9月17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）
大体育室	個バド3   個卓球8   バドスクール	個バド3   個卓球8   セキレイ	個バド3   個卓2   跳箱   コスモス	個人バスケ   個バド2   調布RG
小体育室	ウエズディ   EPPC	ヘルシーウォーキング	ボルトトレーニング	フィットボクシング60
会議室	ヨガスクール	フラレイクナ	ルーシーダットン	芦原会館
9月18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）
大体育室	第61回調布市民体育祭バスケットボール競技 一般の部			
小体育室	個卓球8	個卓球8	個卓球8	個卓球8
会議室	くすの木会		バナナ	芦原会館
9月19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）
大体育室	個卓球8   バド連盟	個バド5   バド連盟	個バド4   滝坂ミニバス	個バド7   エレガンス
小体育室	調布太極拳	個卓球8	個卓球8	個卓球8
会議室				
9月20日 月曜日（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）
大体育室	第54回調布市ママさんバレーボール大会			個バド5   Bello
小体育室	個卓球8	個卓球8	個卓球8	個卓球8
会議室				
9月21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）
大体育室	個バド3   セキレイ   バレスクール	個バド3   個卓球8   バド連盟	個バド3   個卓球8   エレガンス	個バド4   すぎミントン   地球防衛軍
小体育室	個卓球8	フィジカルトレーニング・ビギナーズエアロ	深大寺卓球同好会	個卓球8
会議室			筋コンディショニング	芦原会館
9月22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）
大体育室	個バド3   個卓球7   卓球スクール	個バド3   個卓球8	個バド3   個卓球7   バウンドテニス	個バド3   国領V   調布Jr.バド
小体育室	Tぷろじえくと	チエアイクササイズ・にこにこ体操	Kid'sチャレンジ体操スクール	個卓球8
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
9月23日 木曜日（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）
大体育室	ジュニア育成地域推進事業（バスケットボール）			
小体育室	個卓球8	個卓球8	個卓球8	個卓球8
会議室	ジュニア育成地域推進事業（バスケットボール）			
9月24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）
大体育室	個バド3   チームCOM   バドスクール	個バド3   個卓球8   ウォーキング	個バド3   個卓2   跳箱   コスモス	個バド3   個卓球7   北クラブ
小体育室	個卓球8	プルメリア   調友東クラブ	ボルトトレーニング	フィットボクシング60
会議室	ヨガスクール	フラレイクナ	ルーシーダットン	芦原会館

団体予約の変更によって、個人利用のスケジュールが変更となる場合があります。また、緊急事態宣言等によりプログラムの開始時間が変更になる場合があります。ホームページ・電話でご確認ください。（調布市総合体育館 042-481-6221）

9月25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）
大体育室	第61回調布市民体育祭バスケットボール競技 一般の部			個バド10
小体育室	個卓球8	個卓球8	個卓球8	個卓球8
会議室				芦原会館
9月26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）
大体育室	第61回調布市民体育祭フロアボール競技 ※ランニングコース開放なし			
小体育室	調布太極拳			
会議室	調布市フロアボール協会			
9月27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）
大体育室	個バド3   個卓球7   CHOFUクラブ	個バド3   個卓球8   電通大バド	個バド3   個卓球7   さくら	個バド3   調布Jr.バド   キアロスケーロ
小体育室	胡桃	体幹バランス・はじめてリズム	背骨コンディショニング	個卓球8
会議室	ストレッチポール・バランスボール	ストレッチポール	おとこの筋トレ	
9月28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）
大体育室	個バド3   個卓球7   バレースクール	個バド3   個卓球8   スワロー	個バド3   個卓球8   エレガンス	個バド3   野ばら   地球防衛軍
小体育室	サンライズ   JTC	フィジカルトレーニング・ビギナーズエアロ	深大寺卓球同好会	個卓球8
会議室			筋コンディショニング	芦原会館
9月29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）
大体育室	個バド3   個卓球7   卓球スクール	個バド3   個卓球8   シャトルピック	個バド3   個卓球7   バウンドテニス	個バド2面   ツナ60g   ハッピークラブ
小体育室	Tぷろじえくと	チェアエクササイズ・にこにこ体操	Kid'sチャレンジ体操スクール	個卓球8
会議室	ゆるゆるストレッチ	太極拳白石会	さわやか体操クラブ	ナイトヨガスクール
9月30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	個バド3   エレガンス   レバレ連盟	個バド3   個卓球8   パロット	個バド3   キアロスケーロ	個バド2   ツナ60g   ハッピークラブ
小体育室	個卓球8	転倒予防・ビギナーズエアロ	個卓球8	個卓球8
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	

**【注意事項】**

- ①個人バドミントン、個人卓球、個人バスケットボールは当日抽選（各公開）となります。受付時間等はホームページで確認ください。
- ②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。

緊急事態宣言等によりプログラムの開始時間に変更になる場合があります。ホームページ・電話でご確認ください。

9月16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												
6コース		薬水会					アクアビクスJJ		明大明治水泳部 ファースト			GAGANI
個人定員	24	40	40	50	32	32	24	24	24	24	24	24
9月17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	ヌードル トレーニング											
6コース		マーメイド			金魚		14時30分～15時30分 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	32	32	32
9月18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												
個人定員	32	32	32	24	24	24	24	24	32	32	32	32
9月19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												
6コース												
個人定員	32	32	32	50	50	50	50	50	32	32	32	32
9月20日 月曜日 (祝)												
	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												
個人定員	32	32	32	50	50	50	50	50	32	32	32	32
9月21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												
6コース												
個人定員	40	40	40	32	24	24	24	50	32	24	24	24
9月22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												
5コース	9時20分 ～9時50分 水中ウォーキング											
6コース		初心者スイミングスクール			グッピー		水中運動		ポコポコホッピング			中上級スイミングスクール
個人定員	24	32	32	32	24	24	32	32	32	24	24	24
9月23日 木曜日 (祝)												
	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												
個人定員	32	32	32	50	50	50	50	50	32	24	24	24
9月24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	ヌードル トレーニング											
6コース		マーメイド			金魚		14時30分～15時30分 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	32	32	32

緊急事態宣言等によりプログラムの開始時間に変更になる場合があります。ホームページ・電話でご確認ください。

9月25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												
個人定員	32	32	32	24	24	24	24	24	32	32	32	32
9月26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												
6コース												
個人定員	32	32	32	50	50	50	50	50	32	32	32	32
9月27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												
6コース												
個人定員	24	40	40	50	32	32	32	32	32	24	24	24
9月28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												
6コース												
個人定員	40	40	40	32	24	24	24	40	32	24	24	24
9月29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												
5コース												
6コース												
個人定員	24	32	32	32	24	24	32	32	32	24	24	24
9月30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												
5コース												
6コース												
個人定員	24	40	40	50	40	40	32	32	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利用が可能です。小学1～3年生までの子どもは大人の付き添いが子ども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遊泳をお願いします。
- \* 18:00以降に小・中学生が利用する際は、大人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順番待ちとなります。
- \* 混雑時は1人ずつ案内します。同伴者と同時時間で利用できない場合がありますので、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人までは同時に案内できます。それ以上で来館の場合は、同時時間で利用できない場合があります。
- \* 障害者1人に対して、付き添いの方1人までは同時に案内できます。それ以上で来館の場合は、同時時間で利用できない場合があります。
- \* 予定表作成後、変更になる場合があります。利用の前に利用当日の開放状況を電話にてご確認ください。