

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。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)

| 4月1日 金曜日 | | | | |
|----------|---|--------------------|----------------------------|-----------------------|
| | 1公開目 (9:00-11:45) | 2公開目 (12:00-14:45) | 3公開目 (15:00-17:45) | 4公開目 (18:00-20:45) |
| 大体育室 | 個バド3 個卓球7 チームCOM | 個バド3 個卓球7 | 個バド3 個卓球8 北ノ台フェニックス | 個バド3 個卓球7 ハッピークラブ |
| 小体育室 | ウエズディ EPPC | ウォーキング | ボルトレーニング | 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 | | 芦原空手 |
| 4月2日 土曜日 | | | | |
| | 1公開目 (9:00-11:45) | 2公開目 (12:00-14:45) | 3公開目 (15:00-17:45) | 4公開目 (18:00-20:45) |
| 大体育室 | 個バド7 布田小バド | 個バド7 調布Jr.バド | 個バド4 かるがもクラブ | 個バド6 国領V |
| 小体育室 | 個卓球8 | 個卓球8 | 個卓球8 | 個卓球8 |
| 会議室 | | 調布市フロアボール協会 | | 芦原空手 |
| 4月3日 日曜日 | | | | |
| | 1公開目 (9:00-11:45) | 2公開目 (12:00-14:45) | 3公開目 (15:00-17:45) | 4公開目 (18:00-20:45) |
| 大体育室 | 調布市スポーツ少年団交流大会 | | | フロアボールリーグ |
| 小体育室 | 調布太極拳同好会 | 個卓球8 | スポーツ少年団 | 個卓球8 |
| 会議室 | | | | |
| 4月4日 月曜日 | | | | |
| 大体育室 | <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">休館日</div> | | | |
| 小体育室 |  | | | |
| 会議室 | | | | |
| 4月5日 火曜日 | | | | |
| | 1公開目 (9:00-11:45) | 2公開目 (12:00-14:45) | 3公開目 (15:00-17:45) | 4公開目 (18:00-20:45) |
| 大体育室 | 個バド3 個卓球7 セキレイ | 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3 野ばら 地球防衛軍 |
| 小体育室 | サンライズ ウエズディ | ビギナーズエアロ | 深大寺卓球同好会 | 個卓球8 |
| 会議室 | | グラウンド・ゴルフ協会 | | 芦原空手 |
| 4月6日 水曜日 | | | | |
| | 1公開目 (9:00-11:45) | 2公開目 (12:00-14:45) | 3公開目 (15:00-17:45) | 4公開目 (18:00-20:45) |
| 大体育室 | 個バド3 個卓球7 | 個バド3 個卓球7 クラブP | 個バド2 北ノ台フェニックス バウンドテニス | 個バド3 個卓球8 調布RG |
| 小体育室 | つくも会 | チェアエクササイズ・にこにこ体操 | 個卓球8 | つつじヶ丘スポ少 |
| 会議室 | | 太極拳白石会 | | ナイトヨガスクール |
| 4月7日 木曜日 | | | | |
| | 1公開目 (9:00-11:45) | 2公開目 (12:00-14:45) | 3公開目 (15:00-17:45) | 4公開目 (18:00-20:45) |
| 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 スワロー | 個バド3 個卓球8 エレガンス | 個バド4 ゼロ 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 | さわやか体操 | 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 | |
| 4月8日 金曜日 | | | | |
| | 1公開目 (9:00-11:45) | 2公開目 (12:00-14:45) | 3公開目 (15:00-17:45) | 4公開目 (18:00-20:45) |
| 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 | 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 | ウォーキング | ボルトレーニング | 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 | | 芦原空手 |
| 4月9日 土曜日 | | | | |
| | 1公開目 (9:00-11:45) | 2公開目 (12:00-14:45) | 3公開目 (15:00-17:45) | 4公開目 (18:00-20:45) |
| 大体育室 | 個バド6 ピックルボール | 個バド4 HC調布ジュニアユース | 個バド7 Bello | 個バド6 ハッピークラブ |
| 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 | | バニラ | 芦原空手 |

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。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)

| 4月10日 日曜日 | | | | |
|-----------|--------------------|--------------------|--------------------|---------------------|
| | 1公開目 (9:00-11:45) | 2公開目 (12:00-14:45) | 3公開目 (15:00-17:45) | 4公開目 (18:00-20:45) |
| 大体育室 | 個バド6 上ノ原ドルフィン | 個バド4 MV調布 | 調布市スポーツ少年団 | |
| 小体育室 | 個卓球8 | 個卓球8 | 個卓球8 | 個卓球8 |
| 会議室 | | | | |
| 4月11日 月曜日 | | | | |
| | 1公開目 (9:00-11:45) | 2公開目 (12:00-14:45) | 3公開目 (15:00-17:45) | 4公開目 (18:00-20:45) |
| 大体育室 | 個バド3 個卓球7 CHOFUクラブ | 個バド3 個卓球8 セキレイ | 個バド3 個卓球7 さくら | 個バド3 個卓球7 個人バスケ |
| 小体育室 | 9・6 EPPC | 体幹バランス・はじめてリズム | 背骨コンディショニング | FLAT HILL |
| 会議室 | バランスボールエクササイズ | | | |
| 4月12日 火曜日 | | | | |
| | 1公開目 (9:00-11:45) | 2公開目 (12:00-14:45) | 3公開目 (15:00-17:45) | 4公開目 (18:00-20:45) |
| 大体育室 | 個バド3 個卓球7 エレガンス | 個バド3 個卓球8 バド連盟 | 個バド3 個卓球8 スワロー | 個バド3 野ばら 地球防衛軍 |
| 小体育室 | ウエズディ サンライズ | ビギナーズエアロ | 深大寺卓球同好会 | 個卓球8 |
| 会議室 | | 調布市レディースバレーボール連盟 | | 芦原空手 |
| 4月13日 水曜日 | | | | |
| | 1公開目 (9:00-11:45) | 2公開目 (12:00-14:45) | 3公開目 (15:00-17:45) | 4公開目 (18:00-20:45) |
| 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7 クラブP | 個バド2 個卓球7 パウンドテニス | 個バド3 個卓球7 絆 |
| 小体育室 | つくも会 | 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 | FLAT HILL |
| 会議室 | | 盲卓球 | | ナイトヨガスクール |
| 4月14日 木曜日 | | | | |
| | 1公開目 (9:00-11:45) | 2公開目 (12:00-14:45) | 3公開目 (15:00-17:45) | 4公開目 (18:00-20:45) |
| 大体育室 | 個バド3 個卓球7 レバレ連盟 | 個バド3 個卓球7 朝日クラブ | 個バド3 個卓球8 エレガンス | 個バド3 個卓球8 ゼロ |
| 小体育室 | 9・6 フレンド | 転倒予防・ビギナーズエアロ | さわやか体操 | FLAT HILL |
| 会議室 | 初心者バレーボールスクール | フラホアピリ | 調布少年空手道 | |
| 4月15日 金曜日 | | | | |
| | 1公開目 (9:00-11:45) | 2公開目 (12:00-14:45) | 3公開目 (15:00-17:45) | 4公開目 (18:00-20:45) |
| 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7 CHOFUクラブ | 個バド3 個卓2 跳箱 コスモス | 個バド2 FLAT HILL 北クラブ |
| 小体育室 | ウエズディ サンライズ | ウォーキング | ボールトレーニング | フィットボクシング60 |
| 会議室 | ヨガスクール | フラレイククナ | | 芦原空手 |


【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。
- ③各種大会については参加者及び関係以外の方の入場（観覧）はできません。

【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。

※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

| 4月1日 金曜日 | | | | | | | | | | | | |
|----------|---|------------------------------|-------|-------|---------------|---------------------------------|---------------------|---------------|--------|--------|-----------|-----------------------------|
| | 9:00 | 10:00 | 11:00 | 12:00 | 13:00 | 14:00 | 15:00 | 16:00 | 17:00 | 18:00 | 18:30-ラスト | |
| 1コース | | | | | | | | | | | | |
| 2コース | | | | | | | | | | | | |
| 3コース | | | | | | | | | | | | |
| 4コース | | | | | | | | | | | | |
| 5コース | 9:10~9:55 ヌードル | マーメイド | | | 金魚 | 14:30-15:30 エンジョイアクア | | ドルフィンズ | | おととと | | |
| 6コース | | | | | | | | | | | | |
| 個人定員 | 32 | 32 | 32 | 32 | 24 | 24 | 24 | 32 | 32 | 32 | 32 | 32 |
| 4月2日 土曜日 | | | | | | | | | | | | |
| | 9:00 | 10:00 | 11:00 | 12:00 | 13:00 | 14:00 | 15:00 | 16:00 | 17:00 | 18:00 | 18:30-ラスト | |
| 1コース | | | | | | | | | | | | |
| 2コース | | | | | | | | | | | | |
| 3コース | | | | | | | | | | | | |
| 4コース | | | | | | Aクラス13:30-15:00/Bクラス15:30-17:00 | | | | | | |
| 5コース | | GAGANI ムツコロウ | | | ジュニアスイミングスクール | | | | GAGANI | | | |
| 6コース | | | | | | | | | | | | |
| 個人定員 | 32 | 32 | 32 | 24 | 24 | 24 | 24 | 24 | 32 | 32 | 32 | 32 |
| 4月3日 日曜日 | | | | | | | | | | | | |
| | 9:00 | 10:00 | 11:00 | 12:00 | 13:00 | 14:00 | 15:00 | 16:00 | 17:00 | 18:00 | 18:30-ラスト | |
| 1コース | | | | | | | | | | | | |
| 2コース | | | | | | | | | | | | |
| 3コース | | | | | | | | | | | | |
| 4コース | | | | | | | | | | | | |
| 5コース | | 10:00-12:00 サンデースイミングスクール | | | | | | | | GAGANI | | |
| 6コース | | | | | | | | | | | | |
| 個人定員 | 32 | 32 | 32 | 50 | 50 | 50 | 32 | 32 | 32 | 32 | 32 | 32 |
| 4月4日 月曜日 | | | | | | | | | | | | |
| 1コース | <div style="text-align: center;">  <p>休館日</p> </div> | | | | | | | | | | | |
| 2コース | | | | | | | | | | | | |
| 3コース | | | | | | | | | | | | |
| 4コース | | | | | | | | | | | | |
| 5コース | | | | | | | | | | | | |
| 6コース | | | | | | | | | | | | |
| 個人定員 | | | | | | | | | | | | |
| 4月5日 火曜日 | | | | | | | | | | | | |
| | 9:00 | 10:00 | 11:00 | 12:00 | 13:00 | 14:00 | 15:00 | 16:00 | 17:00 | 18:00 | 18:30-ラスト | |
| 1コース | | | | | | | | | | | | |
| 2コース | | | | | | | | | | | | |
| 3コース | | | | | | | | | | | | |
| 4コース | | | | | | | | | | | | |
| 5コース | | | | | | 14:30-15:30 エンジョイアクア | | | | | フリッパーズ | |
| 6コース | | ファースト | | | | | | | | | | |
| 個人定員 | 40 | 40 | 40 | 32 | 24 | 24 | 24 | 50 | 32 | 24 | 24 | 24 |
| 4月6日 水曜日 | | | | | | | | | | | | |
| | 9:00 | 10:00 | 11:00 | 12:00 | 13:00 | 14:00 | 15:00 | 16:00 | 17:00 | 18:00 | 18:30-ラスト | |
| 1コース | | | | | | | | | | | | |
| 2コース | | | | | | | | | | | | |
| 3コース | | | | | | | | | | | | |
| 4コース | | | | | | | | | | | | |
| 5コース | 9:20-9:50 水中ウォーキング | | | | グッピー | | 14:00-15:00 水中運動 | | | | | 18:30-20:00 中上級スイミングスクール |
| 6コース | | | | | | | | | | | | |
| 個人定員 | 24 | 50 | 32 | 32 | 24 | 24 | 32 | 50 | 32 | 24 | 24 | 24 |
| 4月7日 木曜日 | | | | | | | | | | | | |
| | 9:00 | 10:00 | 11:00 | 12:00 | 13:00 | 14:00 | 15:00 | 16:00 | 17:00 | 18:00 | 18:30-ラスト | |
| 1コース | | | | | | | | | | | | |
| 2コース | | | | | | | | | | | | |
| 3コース | | | | | | | | | | | | |
| 4コース | | | | | | | | | | | | |
| 5コース | 9:20-9:50 水中ウォーキング | 薬水会 | | | | アクアビクスJJ | | ファースト 三鷹中 | | GAGANI | | |
| 6コース | | | | | | | | | | | | |
| 個人定員 | 24 | 40 | 40 | 50 | 32 | 32 | 24 | 24 | 24 | 24 | 24 | 24 |
| 4月8日 金曜日 | | | | | | | | | | | | |
| | 9:00 | 10:00 | 11:00 | 12:00 | 13:00 | 14:00 | 15:00 | 16:00 | 17:00 | 18:00 | 18:30-ラスト | |
| 1コース | | | | | | | | | | | | |
| 2コース | | | | | | | | | | | | |
| 3コース | | | | | | | | | | | | |
| 4コース | | | | | | | | | | | | |
| 5コース | 9:10~9:55 ヌードル | マーメイド | | | 金魚 | 14:30-15:30 エンジョイアクア | | 三鷹中 ドルフィンズ | | おととと | | |
| 6コース | | | | | | | | | | | | |
| 個人定員 | 32 | 32 | 32 | 32 | 24 | 24 | 24 | 24 | 24 | 32 | 32 | 32 |
| 4月9日 土曜日 | | | | | | | | | | | | |
| | 9:00 | 10:00 | 11:00 | 12:00 | 13:00 | 14:00 | 15:00 | 16:00 | 17:00 | 18:00 | 18:30-ラスト | |
| 1コース | | | | | | | | | | | | |
| 2コース | | | | | | | | | | | | |
| 3コース | | | | | | | | | | | | |
| 4コース | | | | | | Aクラス13:30-15:00/Bクラス15:30-17:00 | | | | | | |
| 5コース | | GAGANI ムツコロウ | | | ジュニアスイミングスクール | | | | | | | |
| 6コース | | | | | | | | | | | | |
| 個人定員 | 32 | 32 | 32 | 24 | 24 | 24 | 24 | 24 | 50 | 50 | 50 | 50 |

※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

| 4月10日 日曜日 | | | | | | | | | | | | |
|-----------|-----------|---------------|-------|-------|-------|-------------------------|-------------|---------------|-------|-------|-----------|--------------|
| | 9:00 | 10:00 | 11:00 | 12:00 | 13:00 | 14:00 | 15:00 | 16:00 | 17:00 | 18:00 | 18:30-ラスト | |
| 1コース | | | | | | | | | | | | |
| 2コース | | | | | | | | | | | | |
| 3コース | | | | | | | | | | | | |
| 4コース | | | | | | | | | | | | |
| 5コース | | 10:00-12:00 | | | | | | | | | | |
| 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 | 50 | 50 |
| 4月11日 月曜日 | | | | | | | | | | | | |
| | 9:00 | 10:00 | 11:00 | 12:00 | 13:00 | 14:00 | 15:00 | 16:00 | 17:00 | 18:00 | 18:30-ラスト | |
| 1コース | | | | | | | | | | | | |
| 2コース | | | | | | | | | | | | |
| 3コース | | | | | | | | | | | | |
| 4コース | | | | | | | | | | | | |
| 5コース | 9:20-9:50 | | | | | | | | | | | 19:00-20:00 |
| 6コース | 水中ウォーキング | 月曜会 | | | | そよかぜ | | | | | | スイム練習会 |
| 個人定員 | 24 | 40 | 40 | 50 | 32 | 32 | 50 | 50 | 32 | 24 | 24 | 24 |
| 4月12日 火曜日 | | | | | | | | | | | | |
| | 9:00 | 10:00 | 11:00 | 12:00 | 13:00 | 14:00 | 15:00 | 16:00 | 17:00 | 18:00 | 18:30-ラスト | |
| 1コース | | | | | | | | | | | | |
| 2コース | | | | | | | | | | | | |
| 3コース | | | | | | | | | | | | |
| 4コース | | | | | | | | | | | | |
| 5コース | | | | | | | 14:30-15:30 | | | | | |
| 6コース | | ファースト | | | | インジョイアクア | | ファースト 三鷹中 | | | | フリッパーズ |
| 個人定員 | 40 | 40 | 40 | 32 | 24 | 24 | 24 | 24 | 24 | 24 | 24 | 24 |
| 4月13日 水曜日 | | | | | | | | | | | | |
| | 9:00 | 10:00 | 11:00 | 12:00 | 13:00 | 14:00 | 15:00 | 16:00 | 17:00 | 18:00 | 18:30-ラスト | |
| 1コース | | | | | | | | | | | | |
| 2コース | | | | | | | | | | | | |
| 3コース | | | | | | | | | | | | |
| 4コース | | | | | | | | | | | | |
| 5コース | 9:20-9:50 | | | | | | | | | | | 18:30-20:00 |
| 6コース | 水中ウォーキング | | | | グッピー | 14:00-15:00 | ポコポコホッピング | | 三鷹中 | | | 中上級スイミングスクール |
| 個人定員 | 24 | 32 | 32 | 32 | 24 | 24 | 24 | 24 | 32 | 24 | 24 | 24 |
| 4月14日 木曜日 | | | | | | | | | | | | |
| | 9:00 | 10:00 | 11:00 | 12:00 | 13:00 | 14:00 | 15:00 | 16:00 | 17:00 | 18:00 | 18:30-ラスト | |
| 1コース | | | | | | | | | | | | |
| 2コース | | | | | | | | | | | | |
| 3コース | | | | | | | | | | | | |
| 4コース | | | | | | | | | | | | |
| 5コース | 9:20-9:50 | | | | | | | | | | | |
| 6コース | 水中ウォーキング | 薬水会 | | | | アクアビクスJJ | | 三鷹中 明大明治 | | | | GAGANI |
| 個人定員 | 24 | 40 | 40 | 50 | 40 | 32 | 24 | 24 | 24 | 24 | 24 | 24 |
| 4月15日 金曜日 | | | | | | | | | | | | |
| | 9:00 | 10:00 | 11:00 | 12:00 | 13:00 | 14:00 | 15:00 | 16:00 | 17:00 | 18:00 | 18:30-ラスト | |
| 1コース | | | | | | | | | | | | |
| 2コース | | | | | | | | | | | | |
| 3コース | | | | | | | | | | | | |
| 4コース | | | | | | | | | | | | |
| 5コース | 9:10~9:55 | | | | | | | | | | | |
| 6コース | ヌードル | マーメイド | | 金魚 | | 14:30-15:30 インジョイアクア | | 三鷹中 ドルフィンズ | | | | おととと |
| 個人定員 | 32 | 32 | 32 | 32 | 24 | 24 | 24 | 24 | 24 | 32 | 32 | 32 |

【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。