

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)

10月16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	第62回調布市民体育祭 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			
小体育室	調布太極拳同好会	個卓球8	個卓球8	個卓球8
会議室				
10月17日 月曜日				
	 			
大体育室				
小体育室				
会議室				
10月18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 バレースクール	個バド3 個卓球8 バド連盟	個バド3 個卓球8	個バド3 個卓球8 地球防衛軍
小体育室	サンライズ	フィジカルトレーニング・ビギナーズエアロ	胡桃	FLAT HILL
会議室	Pray	フラプアメリア	筋コンディショニング	芦原空手
10月19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8	個バド3 個卓球7 クラブP	個バド2 個卓球8	個バド3 個卓球7 北ノ台フェニックス
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	ゆるゆるストレッチ	太極拳白石会		ナイトヨガスクール
10月20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 スワロー レバレ連盟	個バド3 個卓球8 パロット	個バド3 朝日クラブ エレガンス	個バド3 個卓球8
小体育室	9・6 フレンド卓球クラブ	転倒予防・ビギナーズエアロ	個卓球8	FLAT HILL
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	
10月21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3 個卓球8 調布Jrバド
小体育室	Tぶろじえくと	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
10月22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	PTA連合会 バドミントン大会			個バド2 個バド6 ASTERISK
小体育室	個卓球8	個卓球8	個卓球8	個卓球8
会議室	調布市ソフトテニス連盟			芦原空手
10月23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	シニアスポーツ振興事業 (レディースバレーボール)			個バド7 バド連盟
小体育室	調布太極拳同好会	個卓球8	個卓球8	個卓球8
会議室				
10月24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 チームCOM	個バド3 個卓球8 スワロー	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	燦桜卓球クラブ 9・6	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			

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。

10月25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4 シニアスポーツ振興事業 (バド)	個バド4 シニアスポーツ振興事業 (バド)	個バド3 エレガンス	個バド4 電通大ハンド
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	個卓球8	個卓球8
会議室	Pray	ひなげしの会	筋コンディショニング	芦原空手
10月26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8	個バド3 個卓球7 クラブ	個バド2 個卓球7 バウンドテニス	個バド2 個卓球7 調布RG
小体育室	Tぷろじえくと	チアエクササイズ・にこにこ体操	Kid'sチャレンジ体操スクール	スポ親会
会議室		盲卓球		ナイトヨガスクール
10月27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 エレガンス	個バド3 個卓球8 パロット	個バド3 ゼロ チェリーズ
小体育室	9・6 フレンド卓球クラブ	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	
10月28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 ひなげしの会	個バド3 個卓2 鉄棒 コスモス	個バド3 個卓球7 ASTERISK
小体育室	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
10月29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	第4回ミニフロアボール秋季大会 ※ランニングコース開放なし			個バド6 MV調布
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	Pray		芦原空手
10月30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	第62回調布市民体育祭 バasketボール競技 小学生の部 ※ランニングコース開放なし			
小体育室	個卓球8	個卓球8	個卓球8	個卓球8
会議室				
10月31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 チームCOM	個バド3 個卓球8	個バド3 個卓球7 さくら	個バド2 個人バスケ ASTERISK
小体育室	9・6	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	バランスボールエクササイズ			

【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上場（観覧）はできません。

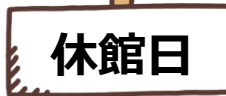

【新型コロナウイルス感染症感染防止の対応】

- 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。

令和4年10月（16日～31日） 調布市総合体育館 屋内プール予定表

令和4年9月5日現在

※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

10月16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	48	48	48	70	70	70	48	48	48	48	48	48	
10月17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													
個人定員													
10月18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 インジョイアクア					フリッパーズ		
6コース													
個人定員	70	70	70	48	36	36	36	70	48	36	36	36	
10月19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	10:30-12:00 初心者スイミングスクール			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								16:30~17:50 ジュニアスイミングスクール					
個人定員	36	48	48	48	36	36	48	48	48	36	36	36	
10月20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					GAGANI		
6コース													
個人定員	36	60	60	70	60	60	60	70	48	36	36	36	
10月21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 インジョイアクア		ドルフィンズ		おととと			
6コース													
個人定員	48	48	48	48	36	36	36	48	48	48	48	48	
10月22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 ジュニアスイミングスクール							
5コース		ムツゴロウ									GAGANI		
6コース													
個人定員	48	48	48	36	36	36	36	36	48	48	48	48	
10月23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	48	48	48	70	70	70	48	48	48	48	48	48	
10月24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 水中ウォーキング	月曜会				そよかぜ					19:00-20:00 スイム練習会		
6コース								16:30~17:50 ジュニアスイミングスクール					
個人定員	36	60	60	70	48	48	48	48	48	36	36	36	

令和4年10月（16日～31日） 調布市総合体育館 屋内プール予定表

令和4年9月5日現在

※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

10月25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					フリッパーズ
6コース							インジョイアクア					
個人定員	70	70	70	48	36	36	36	70	48	36	36	36
10月26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											
6コース		10:30-12:00 初心者スイミングスクール				14:00-15:00 水中運動		ポコポコホッピング				18:30-20:00 中上級スイミングスクール
個人定員	36	48	48	48	36	36	48	48	48	36	36	36
10月27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											
6コース		薬水会					アクアビクスJJ					GAGANI
個人定員	36	60	60	70	60	60	60	70	48	36	36	36
10月28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											
6コース		マーメイド			金魚		14:30-15:30 インジョイアクア		ドルフィンズ			おととと
個人定員	48	48	48	48	36	36	36	48	48	48	48	48
10月29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												
5コース												
6コース												
個人定員	70	70	48	36	36	36	36	36	48	48	48	48
10月30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												
6コース												
個人定員	48	48	48	70	70	70	48	48	48	48	48	48
10月31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 水中ウォーキング											
6コース												
個人定員	36	70	70	70	70	70	48	48	48	36	36	36

【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。