



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)

11月16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 バウンドテニス	個バド4 電通大ハンド
小体育室	つくも会	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	ゆるゆるストレッチ	太極拳白石会		ナイトヨガスクール
11月17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 パロット	個バド3 個卓球8 エレガンス	調布市消防団部隊操練
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	さわやか体操クラブ	リラックスコンテンポラリーダンス・ボディメイクジャズダンス
会議室	スワロー	フラホアピリ		調布少年空手道
11月18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8 セキレイ	個バド3 個卓2 鉄棒 コスモス	個バド3 個卓球8 調布Jrバド
小体育室	Tぶろじゅくと	ヘルシーウォーキング	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	フライククナ		芦原空手
11月19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6 Jr育成卓球	個バド3 Jr育成バド Jr育成卓球	個バド4 フロアボール協会
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	RG	バニラ	調布市フロアボール協会
11月20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 卓球競技 一般個人戦			個バド6
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		北ノ台お楽しみピンポンクラブ		芦原空手
11月21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				
11月22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 セキレイ	個バド3 個卓球8 エレガンス	個バド3 ハッピークラブ MC
小体育室	サンライズ あやめクラブ	フィジカルトレーニング・ビギナーズエアロ	深大寺卓球クラブ	個卓球8
会議室			筋コンディショニング	芦原空手
11月23日 水曜日 (祝)				
	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 ゼロ	個バド6 MV調布	スポーツ少年団 チアリーディング	
小体育室	個卓球8	個卓球8	個卓球8	個卓球8
会議室		盲卓球		
11月24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 パロット	個バド3 個卓球8 ゼロ
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	リラックスコンテンポラリーダンス・ボディメイクジャズダンス
会議室		フラホアピリ	調布少年空手道	

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。

11月25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 セキレイ	個バド3 個卓2 鉄棒 コスモス	調布市消防団部隊操練
小体育室	ドッジビー打合せ	ヘルシーウォーキング	ボールトレーニング	フィットボクシング60
会議室	わかばの会	フラレイクナ		芦原空手
11月26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	ジュニア育成地域推進事業ミニバスケットボール審判講習会			
小体育室	個卓球8	個卓球8	個卓球8	個卓球8
会議室	調布市バスケットボール協会			芦原空手
11月27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13回会長杯レディースバレーボール大会			個バド7 バド連盟
小体育室	上級救命講習会			個卓球8
会議室		キネシオテーピング講座		
11月28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	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				
11月29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 スワロー	個バド3 個卓球8 パロット	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	ひなげしの会		筋コンディショニング	芦原空手
11月30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 バウンドテニス	個バド4 ASTERISK
小体育室	Tぶろじゅくと	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	個卓球8
会議室				ナイトヨガスクール

【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。

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

令和4年11月（16日～30日） 調布市総合体育館 屋内プール予定表

令和4年10月17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

11月16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						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				グッピー								
個人定員	36	70	48	48	36	36	48	70	48	36	36	36
11月17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				アクアピクスJJ		ファースト				GAGANI
個人定員	36	60	60	70	60	60	60	60	60	48	48	48
11月18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
11月19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			GAGANI ムツゴロウ			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						GAGANI
個人定員	48	48	48	36	36	36	36	36	48	48	48	48
11月20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		10:00-12:00 サンデースイミングスクール										GAGANI
個人定員	48	48	48	70	70	70	48	48	48	48	48	48
11月21日 月曜日												
1コース	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">休館日</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												
11月22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		ファースト										
個人定員	60	60	60	48	36	36	36	70	48	36	36	36
11月23日 水曜日 (祝)												
	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		ひらめ会					GAGANI					
個人定員	48	48	48	70	48	48	48	70	70	70	70	70
11月24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											GAGANI
6コース		薬水会					アクアピクスJJ					
個人定員	36	60	60	70	60	60	60	70	48	36	36	36

令和4年11月（16日～30日） 調布市総合体育館 屋内プール予定表

令和4年10月17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

11月25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						14:30-15:30 エンジョイアクア					
6コース		マーメイド		金魚				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
11月26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		GAGANI ムツコロウ				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				GAGANI		
個人定員	48	48	48	36	36	36	36	36	48	48	48	48
11月27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		10:00-12:00 サンデースイミングスクール							GAGANI			
個人定員	48	48	48	70	70	70	48	48	48	70	70	70
11月28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		月曜会				そよかぜ		16:30~17:50 ジュニアスイミングスクール			19:00-20:00 スイム練習会	
個人定員	36	60	60	70	48	48	48	48	48	36	36	36
11月29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						ファースト				
個人定員	60	60	60	48	36	36	36	60	48	36	36	36
11月30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				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	
個人定員	36	70	48	48	36	36	48	70	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。