

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。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 月曜日

休館日



## 10月17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   エレガンス	個バド3   野ばら
小体育室	サンライズ	シェイプアップバランスボール・ビギナーズエアロ	深大寺卓球同好会	個卓球8
会議室	バナナ		体幹強化トレーニング	芦原空手

## 10月18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3   個卓球7   パウンドテニス	個バド2   個卓球7   個人バスケ
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	ジャクパススポーツスクール	ナイトヨガスクール
会議室		太極拳白石会		

## 10月19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   パロット	個バド3   個卓球8   ゼロ
小体育室	フレンド卓球クラブ   9・6	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	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20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8   セキレイ	個バド3   個卓球8   コスモス	個バド3   北 <sup>ノ</sup> 台 フェニックス   Jr.育成バド
小体育室	わかばの会	ヘルシーウォーキング	ボールトレーニング	ファットバーニングエアロビクス
会議室	ヨガスクール	フラレイククナ		芦原空手

## 10月21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	スポーツ振興課・スポーツ推進委員会 (障害者スポーツ事業 / からだをうごかすぞう)			個バド6   MV調布
小体育室	フィットボクシング60・親子ピクス	個卓球8	個卓球8	個卓球8
会議室	くすのき会		RG	芦原空手

## 10月22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 調布市ママさんバレーシニア大会 ※ランニングコース開放なし			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23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	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	バランスボール・体幹バランス	はじめてリズム・ピラティス	FLAT HILL
会議室	背骨コンディショニング	ストレッチポールエクササイズ		芦原空手

## 10月24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   シニアトリプルズバドミントン交流会	個バド4   シニアトリプルズバドミントン交流会	個バド3   個卓球8   エレガンス	個バド4   アモルファス   野ばら
小体育室	障害者スポーツ事業	シェイプアップバランスボール・ビギナーズエアロ	深大寺卓球同好会	個卓球8
会議室			体幹強化トレーニング	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。電話でご確認ください。

(調布市総合体育館 042-481-6221)

10月25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3   バウンドテニス	個バド3   個卓球7   チームCOM
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	ナイトヨガスクール
会議室		盲卓球		
10月26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legانس	個バド3   個卓球8   パロット	個バド2   チェリーズ   ホッパーズ
小体育室	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	個卓球8
会議室	初心者バレトンスクール	フラホアピリ		
10月27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8   セキレイ	個バド3   個卓球8   コスモス	個バド3   個卓球7   個人バスケ
小体育室	Tぷろじえくと	ヘルシーウォーキング	ボールトレーニング	ファットバーニングエアロビクス
会議室	ヨガスクール	フラレイククナ		芦原空手
10月28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 ※ランニングコース開放なし			個バド6   個卓球8
小体育室	第5回調布市フェンシング秋季大会			
会議室	芦原空手	調布市フロアボール協会	バニラ	
10月29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63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	個卓球8	個卓球8	個卓球8	個卓球8
会議室				
10月30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   個人バスケ   調布Jr.バド
小体育室	燦桜卓球クラブ   9・6	バランスボール・体幹バランス	はじめてリズム・ピラティス	個卓球8
会議室	背骨コンディショニング	ストレッチポールエクササイズ		芦原空手
10月31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   バレースクール   エlegانس	個バド3   個卓球8   スワロー	個バド3   個卓球8	個バド3   北台 フロアボール   アモルファス
小体育室	障害者スポーツ事業	シェイプアップバランスボール・ビギナーズエアロ	胡桃	個卓球8
会議室			体幹強化トレーニング	芦原空手

### 【注意事項】

- ①個人バドミントン、個人卓球は当日抽選（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。