調布市総合体育館

体育室・会議室予定表【4月1日～15日】

令和7年4月10日現在

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）

4月1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8 / スワロー	個バド3 / 個卓球8 / バド連盟	個バド3 / 個卓球7	個バド3 / Aboo / 地球防衛軍
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		調布市グラウンド・ゴルフ協会		芦原空手

4月2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Pearl	個バド4 / 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 / チェリークラブ	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	わかばの会	太極拳白石会		

4月3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4 / 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 / ONE'S / トマト2
小体育室	9・6	転倒予防・ビギナーズエアロ	フレンド卓球クラブ	個卓球8
会議室		フラホアピリ	さわやか体操クラブ	

4月4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 / CHOFUクラブ	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 / HAPPY CLUB
小体育室	個卓球8	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		フラレイククナ		芦原空手

4月5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 / 個卓球8	個バド6 / CHOFUクラブ	個バド6 / K・O・G	個バド4 / WAVY'S
小体育室	ラン&フィットエアロビクス・わんぱく親子体操	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6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 / 個卓球8	個バド6 / ピックルボールクラブ	個バド6 / 個卓球8	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	つつじヶ丘スポーツ少年団	個卓球8
会議室				

4月7日 月曜日

大体育室	
小体育室	
会議室	

4月8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8 / バドスクール	個バド3 / 個卓球8 / バド連盟	個バド3 / 個卓球7	個バド4 / 地球防衛軍 / 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	調布市レディースバレーボール連盟	体幹強化トレーニング		芦原空手

4月9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Pearl	個バド3 / 個卓球7 / バウンドテニス	個バド3 / 個卓球7 / 調布RG
小体育室	つくも会 / チェリークラブ	チェアエクササイズ・にこにこ体操	ジャクパスポーツスクール	ナイトヨガスクール
会議室	わかばの会	山茶花の会	山茶花の会	

調布市総合体育館

体育室・会議室予定表【4月1日～15日】

令和7年4月10日現在

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）

4月10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 トマト2
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	個卓球8
会議室		フラホアピリ	調布少年空手道	

4月11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2 卓球スクール CHOFUクラブ	個バド3 個卓球8 セキレイ	個バド3 個卓8 コスモス	個バド3 個卓球7
小体育室	個卓球8	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		フラレイククナ		芦原空手

4月12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 個卓球8	個バド6 フロアボール協会	個バド3 Jr.育成バド フロアボール協会	個バド7 飛猿
小体育室	フィットボクシング60・わんぱく親子体操	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	バニラ	芦原空手

4月13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 TKC	個バド6	個バド4 Belugaバスケ	個バド6 なないろバレー
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14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7 さくら	個バド3 個卓球7	個バスケ 個卓球8 Sunny
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・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

4月15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8 バドスクール	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 北ノ台フェニックス 地球防衛軍
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		体幹強化トレーニング		芦原空手

【個人利用について】

①表記・・・個バド3／個人バドミントン3面，個卓球8／個人卓球8台，個人バスケ／個人バスケットゴール2基

②定員・・・バドミントン／1グループ（1面）最大10人，卓球／1グループ（1台）最大10人，バスケットボール／定員なし

③個人バドミントン，個人卓球は当日各公開の15分前に抽選します。

受付時間内（※）に代表者が受付名簿に使用するメンバーの名前を記入してください。

受付時にメンバー全員が揃っていなくても抽選に参加できますが、当選した場合は受付したメンバーのみでの利用となります。

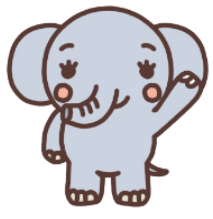
抽選後，空きのある場合は先着順となります。

※1公開目／午前8時30分～8時45分，2公開目／午前9時～11時45分，3公開目／正午～午後2時45分，4公開目／午後3時～5時45分

④個人バスケットボールは抽選せずに利用できます。

⑤用具の貸出しを行っております。バドミントン（ラケット・シャトル），卓球（ラケット・ボール），バスケットボール（ボール）

総合体育館ご利用方法，各種プログラム・スクールの掲載など
HPをご覧ください。



スポーツ協会HP

調布市総合体育館／指定管理者　公益社団法人調布市スポーツ協会　TEL 042-481-6221

調布市総合体育館

屋内プール予定表【4月1日～15日】

令和7年4月10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

プール休憩時間／9:55～10:05，11:55～12:05，13:55～14:05，15:55～16:05，17:55～18:05

4月1日　火曜日

	9:00	10:05-11:55	12:05-13:55	14:05-15:55	16:05-17:55	18:05	18:30-20:30
1コース							
2コース							
3コース							
4コース				14:30-15:30 エンジョイアクア	三鷹中		
5コース							
6コース							

4月2日　水曜日

	9:00	10:05-11:55	12:05-13:55	14:05-15:55	16:05-17:55	18:05	18:30-20:30
1コース							
2コース							
3コース							
4コース	9:20-9:50 水中ウォーキング			14:00-15:00 水中運動			19:00-20:30 中上級スイミングスクール
5コース			グッピー				
6コース							

4月3日　木曜日

	9:00	10:05-11:55	12:05-13:55	14:05-15:55	16:05-17:55	18:05	18:30-20:30
1コース							
2コース							
3コース							
4コース	9:20-9:50 水中ウォーキング						
5コース							フリッパーズ
6コース		ファースト		アクアJJ	ファースト		

4月4日　金曜日

	9:00	10:05-11:55	12:05-13:55	14:05-15:55	16:05-17:55	18:05	18:30-20:30
1コース							
2コース	9:10-9:55						
3コース							
4コース				14:30-15:30 エンジョイアクア			
5コース		マーメイド			ドルフィンズ		GAGANI
6コース	ヌードル		金魚				

4月5日　土曜日

	9:00	10:05-11:55	12:05-13:55	14:05-15:55	16:05-17:55	18:05	18:30-20:30
1コース							
2コース							
3コース							
4コース							
5コース			GAGANI				
6コース		ムツゴロウ					

4月6日　日曜日

	9:00	10:05-11:55	12:05-13:55	14:05-15:55	16:05-17:55	18:05	18:30-20:30
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			GAGANI		
6コース							

4月7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

4月8日　火曜日

	9:00	10:05-11:55	12:05-13:55	14:05-15:55	16:05-17:55	18:05	18:30-20:30
1コース							
2コース							
3コース							
4コース				14:30-15:30 エンジョイアクア			
5コース					三鷹中		
6コース							

4月9日　水曜日

	9:00	10:05-11:55	12:05-13:55	14:05-15:55	16:05-17:55	18:05	18:30-20:30
1コース							
2コース							
3コース							

調布市総合体育館

屋内プール予定表【4月1日～15日】

令和7年4月10日現在

4コース	9:20-9:50					14:00-15:00						19:00-20:30
5コース	水中			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
6コース	ウォーキング											

※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

プール休憩時間／9:55～10:05，11:55～12:05，13:55～14:05，15:55～16:05，17:55～18:05

4月10日　木曜日

	9:00	10:05-11:55	12:05-13:55	14:05-15:55	16:05-17:55	18:05	18:30-20:30
1コース							
2コース							
3コース							
4コース	9:20-9:50						GAGANI
5コース	水中						
6コース	ウォーキング	ファースト			ファースト		

4月11日　金曜日

	9:00	10:05-11:55	12:05-13:55	14:05-15:55	16:05-17:55	18:05	18:30-20:30
1コース							
2コース	9:10-9:55						
3コース							
4コース				14:30-15:30			
5コース		マーメイド		エンジョイ	ドルフィンズ		
6コース	ヌードル		金魚	アクア			

4月12日　土曜日

	9:00	10:05-11:55	12:05-13:55	14:05-15:55	16:05-17:55	18:05	18:30-20:30
1コース							
2コース							
3コース							
4コース							
5コース			GAGANI				
6コース		ムツゴロウ					

4月13日　日曜日

	9:00	10:05-11:55	12:05-13:55	14:05-15:55	16:05-17:55	18:05	18:30-20:30
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					

4月14日　月曜日

	9:00	10:05-11:55	12:05-13:55	14:05-15:55	16:05-17:55	18:05	18:30-20:30
1コース							
2コース							
3コース							
4コース	9:20-9:50						19:00-20:00
5コース	水中			そよかぜ			スイム練習会
6コース	ウォーキング				三鷹中		

4月15日　火曜日

	9:00	10:05-11:55	12:05-13:55	14:05-15:55	16:05-17:55	18:05	18:30-20:30
1コース							
2コース							
3コース							
4コース				14:30-15:30			
5コース				エンジョイ			
6コース				アクア			

【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。

＊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確認ください。

水中ウォーキング，エンジョイアクア，水中運動，ヌードルトレーニング，スイム練習会，中上級スイミングスクール，サンデースイミングスクールは当日先着順

総合体育館ご利用方法，各種プログラム・スクールの掲載などHPをご覧ください。

調布市総合体育館

屋内プール予定表【4月1日～15日】

令和7年4月10日現在

でご参加いただけます。

スポーツ協会HP

調布市総合体育館／指定管理者　公益社団法人調布市スポーツ協会　TEL 042-481-6221