

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	バレースクール	個バド3	個卓球7	クラブPearl	個バド3	個卓球7		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			太極拳白石会			調布バウンドテニスクラブ					
4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	個バド3	個卓球7	チームCOM
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			FLAT HILL		
会議室				フラホアピリ			調布少年空手道					
4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7	卓球スクール	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	HAPPY CLUB
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				フラレイクナ						芦原空手		
4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6		個卓球8	個バド6		個卓球8	個バド7		地球防衛軍	個バド6		フロアボール協会
小体育室	ラン&フィットエアロビクス・わんぱく親子体操			上ノ原サンデー		N卓球クラブ	個卓球8			個卓球8		
会議室										芦原空手		
4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	調布市剣道連盟 西東京合同稽古会 ※ランニングコース開放なし									個バド6		個卓球8
小体育室										スポーツ少年団		
会議室												
4月21日 月曜日												
	休館日 											
大体育室												
小体育室												
会議室												
4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8	バドスクール	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3	個卓球7	チームCOM
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			FLAT HILL		
会議室				体幹強化トレーニング						芦原空手		
4月23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	バレースクール	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		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	わかばの会			山茶花の会			山茶花の会					
4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8	エレガンス	個バド3	個卓球8	パロット	個バド3	トマト2	チェリーズ
小体育室	9・6			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					

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。

4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 個卓球7 卓球スクール	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 Sunny
小体育室	フレンド卓球クラブ	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		フラレイクナ		芦原空手
4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	個バド6 個卓球8	個バド6 ビックルボールクラブ	個バド7 Bello	個バド4 WAVY'S
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				芦原空手
4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37回レディースバレーボール大会 ※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				
4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	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29日 火曜日（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6 個卓球8	個バド4 Belugaバスケ	個バド6 なないろバレー	個バド6 ナンタマピクルス
小体育室	サンライズ フレンド卓球クラブ	個卓球8	個卓球8	個卓球8
会議室				芦原空手
4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 バレースクール	個バド3 個卓球7	個バド3 個卓球7 バウンドテニス	個バド3 個卓球7 CHOFUクラブ
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	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	わかばの会			

【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）



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

※ 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16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			14:00-15:00			18:30-20:30
5コース	水中			水中運動			中上級スイミングスクール
6コース	ウォーキング		グッピー				
4月17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						
5コース	水中						GAGANI
6コース	ウォーキング	ファースト		アクアJJ	ファースト		
4月18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							
3コース							
4コース				14:30-15:30			
5コース				インジョイ			
6コース	ヌードル	マーメイド	金魚	アクア	ドルフィンズ		
4月19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				1クラス13:30～15:00／2クラス15:30～17:00			
5コース		GAGANI		ジュニアスイミングスクール			GAGANI
6コース		ムツコロウ					
4月20日 日曜日 (祝)							
	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				GAGANI	
4月21日 月曜日							
1コース	休館日 						
2コース							
3コース							
4コース							
5コース							
6コース							
4月22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				インジョイ			
6コース				アクア	三鷹中		
4月23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			14:00-15:00			18:30-20:30
5コース	水中			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		グッピー				
4月24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						
5コース	水中						GAGANI
6コース	ウォーキング			アクアJJ	ファースト		

※ 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25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							
3コース							
4コース				14:30-15:30			
5コース				インジョイ			
6コース	ヌードル	マーメイド	金魚	アクア	ドルフィンズ		
4月26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				1クラス13:30～15:00／2クラス15:30～17:00			
6コース		ムツゴロウ		ジュニアスイミングスクール		GAGANI	
4月27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				GAGANI	
4月28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						
5コース	水中			そよかぜ	三鷹中		19:00-20:00
6コース	ウォーキング						スイム練習会
4月29日 火曜日 (祝)							
	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		三鷹中		
6コース							
4月30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			14:00-15:00			18:30-20:30
5コース	水中			水中運動			中上級スイミングスクール
6コース	ウォーキング						

【コース表示例】

⇒ 自由遊泳コース

⇒ 25m以上続けて泳ぐコース

⇒ 歩く方優先コース

※全コースクイックターンできます。

【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ご確認ください。

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