調布市総合体育館

体育室・会議室予定表【7月1日～15日】

令和7年6月26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）

7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 / 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3 / CHOFUクラブ / 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		体幹強化トレーニング		芦原空手

7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 / かもっこ	個バド3 / 個卓球7 / 個人バスケ
小体育室	Tぷろじぇくと	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		太極拳白石会		

7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 / 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 / 個卓球8 / エレガンス	個バド2 / アンディーズ / HAPPY CLUB
小体育室	個卓球8	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	初心者バレトンスクール	フラホアピリ	調布少年空手道	

7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2 / チームCOM / 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8 / Jr.育成バド
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	ヨガスクール	フラレイククナ		芦原空手

7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7 / 飛猿	個バド7 / 柏野クラブ	個バド6 / Sunny
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

7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	第37回七夕杯レディースバレーボール大会 ※ランニングコース解放なし			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	個卓球8	個卓球8
会議室				

7月7日 月曜日

大体育室	休館日
小体育室	
会議室	

7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4 / 調布北高バスケ部	個バド4 / 地球防衛軍 / 野ばら
小体育室	サンライズ / フレンド卓球クラブ	シェイプアップバランスボール・ビギナーズエアロ	個卓球8	個卓球8
会議室		体幹強化トレーニング		芦原空手

7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 / 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	ジャクパスポーツスクール	ナイトヨガスクール
会議室		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【7月1日～15日】

令和7年6月26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）

7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	エレガンス	個バド3	個卓球8	パロット	個バド3	個卓球8	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			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					

7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	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	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	ヨガスクール			フラレイククナ						芦原空手		

7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	スポーツ少年団 バレーボール教室				個バド7	ペンギンズ
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	

7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	個卓球8	個バド4	Belugaバスケ	個バド4	Belugaバスケ	個バド4	Belugaバスケ
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	調布市バドミントン連盟							

7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		個バド3	個卓球7	さくら	個バド3	個卓球7	バウンドテニス	個バド3	個卓球7	個人バスケ
小体育室	9・6	EPPC		体幹バランス			はじめてリズム・ピラティススクール			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		

7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	エレガンス	個バド3	個卓球8	バド連盟	個バド3	個卓球8		個バド5	電通大バド部
小体育室	スポーツをやってみよう			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。

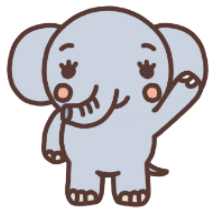
受付時間内の申込数によってバドミントン・卓球の面数を調整する場合があります。申込抽選後，空きのある場合は先着順となります。

※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【7月1日～15日】

令和7年6月26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

7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			
5コース							
6コース							

7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			18:30-20:30 中上級スイミングスクール
5コース		ひらめ会			16:30～17:50 ジュニアスイミング		
6コース							

7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							GAGANI
6コース				アクアJJ	ファースト		

7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		
6コース	ヌードル		金魚				

7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				1クラス13:30～15:00／2クラス15:30～17:00 ジュニアスイミングスクール			
5コース							
6コース		ムツゴロウ					

7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					
6コース							

7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

7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							
6コース							

7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							
4コース	9:20-9:50 水中ウォーキング			14:00-15:00 水中運動			18:30-20:30 中上級スイミングスクール
5コース					ポコポコホッピング		
6コース							

調布市総合体育館

屋内プール予定表【7月1日～15日】

令和7年6月26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

7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 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		

7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 エンジョイアクア			
5コース		マーメイド			ドルフィンズ		
6コース	ヌードル		金魚				

7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				1クラス13:30～15:00／2クラス15:30～17:00 ジュニアスイミングスクール			
5コース							
6コース		ムツゴロウ					

7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 サンデースイミング					
6コース							

7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 水中ウォーキング						19:00-20:00 スイム練習会
5コース				そよかぜ			
6コース							

7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 エンジョイアクア			
5コース							
6コース							

【コース表示例】

⇒　ファミリーコース／初心者，水中歩行，ビート板使用の方，自由遊泳コース（コースロープと平行に遊泳）

⇒　ロングコース／25m以上続けて泳ぐコース，右側通行，ビート板使用不可

⇒　水中歩行優先コース／歩く方優先コース，右側通行

※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でご参加いただけます。

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