令和7年10月21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)

			(調作巾総合	体育館 042-481-6221)
		10月16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 レバレ連盟 スワロー	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 アンディーズ
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	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		
五成工	1/3.0 [] / (7 2 / (7 / 7 / 7)		金曜日	1272
	. () 55 (10月17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 バウンドテニス	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 Sunny
小体育室	EPPC 燦桜卓球クラブ	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	ヨガスクール	フラレイククナ		芦原空手
		10月18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 フェニックスミニバス	個バド7 Jr.育成バド	個バドフ 柏野クラブ
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		フロアボ-	- -ル協会	芦原空手
		10月19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7 飛猿	個バド6 個卓球8	個バド6 個卓球8	スポーツ少年団
小体育室	個卓球8	DANCE TEAM Y	Delight	個卓球8
会議室	, v •	-	. 5 .	
		10月20日		
		10/1201	/J*#H	
大体育室		休館	馆日	
小体育室 会議室			Sl	
五成土		10月21日	<u>~</u>	
	4/\BB\\\(\O_1\O_1\O_1\O_1\O_1\O_1\O_1\O_1\O_1\O_1		· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	4八間口(40.00 20.45)
上仕至宝	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 シニアトリプルスバド交流会			個バド4 野ばら 地球防衛軍
小体育室	個卓球8	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
Ļ		10月22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 クラブPearl		個バド3 個卓球7 CHOFUクラブ
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	わかば第一事業所ダンス班	山茶花の会	山茶花の会	
		10月23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 レバレ連盟 エレガンス	個バド3 個卓球7 朝日クラブ	個バド4 調布北高校男子バスケ	個バド3 個卓球7 HAPPY CLUB
小体育室		転倒予防・ビギナーズエアロ	個卓球8	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	さわやか体操クラブ	
		10月24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 CHOFUクラブ	1	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	EPPC	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	/N /VI V — — / /	芦原空手
·	コルヘンール	ノフレコンフノ		尸冰工士

体育室·会議室予定表【10月16日~31日】

令和7年10月21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。

	<u> 削の変更によう (、) 個人利用の人</u>	10月25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	調布市小中学校PTA連合会バド	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	個バド6 プロアボール協会
小体育室		=II / 	、 ガル モー へ	
会議室		調作巾ノエンン	ング秋季大会 	
		10月26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	調布市レディースバレーシニア大会	҈ ※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27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 アンディーズ	個バド3 個人バスケ 調布Jr.バド
小体育室	スポーツをやってみよう	バランスボールエクササイズ・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28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8 エレガンス	個バド3 個卓球8 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	FLAT HILL
会議室		体幹強化トレーニング		芦原空手
		10月29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 バウンドテニス	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	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	わかば第一事業所ダンス班			
		10月30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7 ナンタマピクルス	個バド3 個卓球7 アンディーズ
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	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		調布少年	F空手道
		10月31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7 ナンタマピクルス	個バド3 個卓球7 Sunny
小体育室	フレンド卓球クラブ EPPC	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			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。

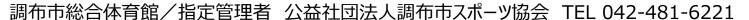
④個人バスケットボールは抽選せずに利用できます。

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
- 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)





調布市総合体育館

※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

10月16日 木曜日		プール休息	憩時間/9:55~10:0	05, 11:55~12:0 <u>5</u>	_	15:55~16:05,	17:55~18:05
10月17日 金曜日							
10月17日 金曜日	17 7	9:00	10:05-11:55	12:05-13:55	14:05-15:55	16:05-17:55	18:05 18:30-20:30
10月17日 金曜日 18:30-20:30	2コース						
### 10月17日 金曜日	3コース	9:20-9:50					
10月1日 金曜日 14:05-13:55 14:05-13:55 16:05-17:55 18:08 18:30-20:30 19:25 19:05-13:55 14:05-13:55 16:05-17:55 18:08 18:30-20:30 19:25	5コース	水中					GAGANI
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	6コース	ウォーキング	ファースト	1001	_	ファースト	<u> </u>
10月18日 土曜日		0.00	10.05 11.55			16:05 17:55	10.00 20.20
10月18日	1コース	9.00	10.05-11.55	12.05-13.55	14.05-15.55	10.05-17.55	16:05 16.30-20.30
10月18日 土曜日 9:00 10:05-11:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:08 18:30-20:30 10月19日 日曜日 9:00 10:05-11:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:08 18:30-20:30 10月19日 日曜日 9:00 10:05-11:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:08 18:30-20:30 10月20日 月曜日 10月20日 月曜日 10月21日 火曜日 9:00 10:05-11:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:08 18:30-20:30 10月21日 火曜日 10月21日 火曜日 10月21日 火曜日 9:00 10:05-11:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:08 18:30-20:30 10月21日 火曜日 10月21日 火曜日 9:00 10:05-11:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:08 18:30-20:30 10月22日 水曜日 9:00 10:05-11:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:08 18:30-20:30 10月22日 水曜日 9:00 10:05-11:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:08 18:30-20:30 10月22日 水曜日 9:00 10:05-11:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:08 18:30-20:30 10月23日 木曜日 9:00 10:05-11:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:08 18:30-20:30 中間スにはアメアルル アルルルルルルルルルルルルルルルルルルルルルルルルルルルルルルルル		9:10-9:	55				
10月18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 10月19日 日曜日 10月19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 10月19日 日曜日 10月19日 日曜日 10月20日 月曜日 10月20日 大曜日	4コース						
10月18日 土曜日		マードル	マーメイド	全角	\$1111111111111111111	ドルフィンズ	
9:00 10:05-11:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 17:20		<u>, </u>					
10月1日 日曜日 10月2日 日曜日 10月2日 月曜日 10月2日 大曜日 10月2日 月曜日 10月2日 日曜日 10月2日		9:00	10:05-11:55			16:05-17:55	18:05 18:30-20:30
10月19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 10月20日 月曜日 10月20日 月曜日 10月20日 月曜日 10月20日 月曜日 10月20日 月曜日 10月20日 月曜日 10月21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 10月21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 10月21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 10月21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 10月22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 10月23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 10月23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 10月24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		<i>-</i>			5 15.55		10100 20100
10月19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 10月20日 月曜日 10月20日 日曜日 日							
10月19日 日曜日	4コース			1/257.13	3:30~15:00/2クラス15:30~	~17:00	
10月19日 日曜日			<u>ムツ</u> コロウ		ジュニアスイミングスクール 		GAGANI
9:00 10:05-11:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 10月20日 月曜日 10月21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 10月21日 火曜日 10月21日 水曜日				10月1	9日 日曜日	.	
10月20日 月曜日 10月21日 火曜日 10月21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 19:24 大学 大学 ファーシューション 10月22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 19:05-17:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-17:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-17:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-17:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-17:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-17:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-17:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-17:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-17:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-17:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-17:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-16		9:00	10:05-11:55	12:05-13:55	14:05-15:55	16:05-17:55	18:05 18:30-20:30
10月20日 月曜日 10月21日 火曜日 10月21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 19:24 大学 大学 ファーシューション 10月22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 19:05-17:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-17:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-17:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-17:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-17:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-17:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-17:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-17:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-17:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-17:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-17:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 19:05-16	1コース 2コーラ						
10月20日 月曜日	3コース						
10月21日 火曜日 10月21日 火曜日			10:00~12:00				
10月21日 火曜日	6コース		ān				GAGANI ————————————————————————————————————
10月21日 火曜日		-		10月2	0日 月曜日		
10月21日 火曜日	17_7						
10月21日 火曜日	2コース						
10月21日 火曜日 18:05-17:55					/+ AD T		
10月21日 火曜日	5コース				小貼口		
9:00 10:05-11:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 17:23-ス 33-ス 43-ス 17:23-4 17:		<u> </u>		10月2	 1日 火曜日		
11-ス 2 2 3 - 2 3 3 - 2 3 3 - 2 4 3 -		9:00	10:05-11:55			16:05-17:55	18:05 18:30-20:30
33-ス 43-ス 53-2 63-2 10月2日 水曜日 10月2日 水曜日 10月2日 水曜日 11-130-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 13-ス 21-ス 33-ス 43-ス 9:20-9:50 か中 からめ会 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 10月23日 木曜日 10月23日 木曜日 10月23日 木曜日 10月24日 金曜日 10月24日 金曜日 10月24日 金曜日	1コース						
### 14:30-15:30	3コース						
10月22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	4コース				5	<u> </u>	
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ユース 9:20-9:50 水中 ウラーキング ひらめ会 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ケール 10月23日 木曜日 10月23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 9:20-9:50 水中 ロース 9:20-9:50 水中 ロース 9:20-9:50 水中 ロース 9:20-9:50 水中 コース 9:20-9:50 水中 コース 9:20-9:50 水中 コース 9:20-9:50 水中 コース 9:20-9:50 ストロース 9:20-9:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30					アクア	都立三鷹中等教育学村	交
1コース 2コース 3コース 4コース 9:20-9:50 水中 6コース ウォーキッグ ひらめ会 グッピー 水中運動 ポコポコホッピング 中上級スイミッグスクール 10月23日 木曜日 10月23日 木曜日 10月23日 木曜日 10月23日 木曜日 10月24日 金曜日 10月24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 9:20-9:50 ホ中 6コース ウォーキッグ 希望の家 アクアリリ ファースト GAGANI 10月24日 金曜日				10月2	2日 水曜日		
2 コース 3 コース 4 コース 9:20-9:50 水中 ひらめ会 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 中上級スイミングスクール オース 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 コース 3コース 4コース 9:20-9:50 ホ中 6コース 9:4・2・7 希望の家 アクアリ ファースト GAGANI	17 7	9:00	10:05-11:55	12:05-13:55	14:05-15:55	16:05-17:55	18:05 18:30-20:30
3 コース 4 コース 9:20-9:50 水中 7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 18:30-20:30 中上級スイミングスクール 13:30-20:30 中上級スイミングスクール 13:30-20:30 中上級スイミングスクール 13:30-20:30 中上級スイミングスクール 13:30-20:30 中上級スイミングスクール 13:30-20:30 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 6コース 9:4-1-27 希望の家 アクアリコ ファースト GAGANI 1コース 13-1-3 13-3 13-3 13-3 13-3 13-3 13-3 1							
10月23日 木曜日 10:05-11:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 13:33-24 14:30-15:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 13:33-24 13:33-15:33 13:33-24 13:33-15:33 13:33-1	3コース	0.20 0.50					
10月23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 6コース ヴォーキング 希望の家 アクアリ ファースト GAGANI 10月24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 14:30-15:30 エンジョイ ドルフへブ	5コース	水中	7トトナナ	ガ wピー	• • • • • • • • • • • • • • • • • • •	ホット・・ノガ	
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 6コース ウォーキング 希望の家 アクアリ ファースト GAGANI 10月24日 金曜日 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 7 メイド 14:30-15:30 エンジョイ ドルフム・ブ		ウォーキング	רייר ד			ハノレンソ	〒上収入1ミング人グール
コース 2コース 3コース 9:20-9:50 水中 6コース ウォーキング 希望の家 アクアリ ファースト GAGANI 10月24日 金曜日 11ース 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 9:10-9:55 コース 2コース 2コース 9:10-9:55 コース 2コース 2コース 9:10-9:55 コース 2コース 2コース 2コース 9:10-9:55 コース 2コース 2コース 2コース 2コース 2コース 2コース 2コース			10.05 11 55			10:05 17 55	40.00.00.00
2コース 3コース 4コース 9:20-9:50 5コース 水中 GAGANI 7クアリ ファースト GAGANI 10月24日 金曜日 10月24日 金曜日 11ース 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 7 メイド 14:30-15:30 エンジョイ ドルフ・ハブ	17-7	9:00	10:05-11:55	12:05-13:55	14:05-15:55	10:05-1/:55	18:05 18:30-20:30
4コース 9:20-9:50 水中 ウォーキング 希望の家 アクアリリ ファースト GAGANI 10月24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 4コース 4コース 4コース 4コース 5コース 4コース 4コース 4コース 5コース 4コース 4コース 4コース 4コース 4コース 4コース 4コース 4	2コース						
5 コーズ 水中 6 コーズ ウォーキング 希望の家 アクアリ ファースト GAGANI 10月24日 金曜日 10月24日 3 14:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:30 1 コーズ 2 コーズ 9:10-9:55 3コーズ 4コーズ 14:30-15:30 エンジョイ ドリフ・ブ		9:20-9:50					
10月24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 9:10-9:55 3コース 4コース 14:30-15:30 エンジョイ ドルフム・ブ	5コース	水中	差 询		ラ カフ11	7 ₇ 7 k	GAGANI
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 7 メイド エンジョイ ドルフム・ブ		フ/I T ブゾ	仰主ツ豕	10日2	<u></u>	ファースト	
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 アンジョイ ドルフム・ブ		9.00	10:05-11:55			16:05-17:55	18:05 18:30-20:30
3コース	1コース	J.00		12.00 10.00	11100 10100	10.00 17.00	10.30 20.30
4コース V フリスト 14:30-15:30 ドルフハ・ブ 14:30-15:30 1	<u>2コース</u> 3コーフ	9:10-9:	55				
- 5コーム マーメイド マーメイド マカフィンズ ドルフィンズ ドルフィンズ マーメイド 全有 マカファ マカファ マーメイド マカファ マカフィンズ マカフィンズ マカス					\$\$		
U I O I O I IV :		1/			! エンジョイ [!]	1" II ¬ .> ¬"	

調布市総合体育館

屋内プール予定表【10月16日~31日】

令和7年10月21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

9:00 10:05-11:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:3 1コース 2コース 3コース 4コース 5コース 6コース ムツゴロウ ジュニアスイミングスクール GAGANI 10月26日 日曜日 9:00 10:05-11:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:3 1コース 2コース 3コース 4コース 3コース 4コース 5コース 6コース 6コース 6コース 7
2コース 1/9万ス13:30~15:00/29万ス15:30~17:00 5コース 1/9万ス13:30~15:00/29万ス15:30~17:00 GAGANI 1/9万スイミングスクール GAGANI 1/9万スイミングスクール GAGANI 1/9万元イミングスクール GAGANI 1/9万元イミングスクール GAGANI 1/9万元イミングスクール GAGANI 1/9万元イミング GAGANI 1/9万元イミング GAGANI GAGANI 1/9万元イミング GAGANI GAGANI 1/9万元イミング GAGANI 1/9万元イミング GAGANI 1/9万元イミング GAGANI 1/9万元イミング GAGANI 1/9万元イミング GAGANI 1/9万元イミング 1/9万元イミング 1/9万元イミング GAGANI 1/9万元イミング GAGANI 1/9万元イミング 1/9万元イミング GAGANI 1/9万元イミング 1/9万元イミング GAGANI 1/9万元イミング 1/9万元イミング 1/9万元イミング 1/9万元イミング GAGANI 1/9万元イミング
3コース
Single Singl
10月26日 日曜日 9:00 10:05-11:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:3 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 10月27日 月曜日
9:00 10:05-11:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:3 1コース 2コース 3コース 4コース 4コース 5コース 10:00~12:00 サンデースイミング 10月27日 月曜日
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 10月27日 月曜日
2コース
4コース 10:00~12:00 GAGANI TOPIC TOPI
5コース 10:00~12:00 GAGANI サンデースイミング TO月27日 月曜日
10月27日 月曜日
9:00 10:05-11:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:3
1コース
2コース
<u>4</u> <u>19:00-20:00</u>
5コース 水中 16:30~17:50 16:30~17:50 スイム練習会 フォーキング フォーキング フォーキング フィータ フォーキング フォーキング フィータ フィータ フィータ フィータ フィータ フィータ フィータ フィータ
10月28日 火曜日
9:00 10:05-11:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:3
1コース
2コース
4コース 14:30-15:30 17-15:30
<u> </u>
10月29日 水曜日
9:00 10:05-11:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:3
18:30-20:30 水中 18:30-20:30 水中 18:30-20:30 カト級フィングフク
<u> </u>
10月30日 木曜日
9:00 10:05-11:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:3
3□-ス 9:20-9:50
6コース ウォーキング GAGANI 10月31日 金曜日
9:00 10:05-11:55 12:05-13:55 14:05-15:55 16:05-17:55 18:05 18:30-20:3
<u>2</u> コース 9:10-9:55
4コース
5コース マードル アクア アクア アクア アクア アクア アクア アクア アクア アクア アク

【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。

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。



