

団体予約の変更や各公開受付終了時間の申込数によって、個人利用の面数・台数が変更となる場合があります。

最新の情報は電話にてお問合せください。

(調布市総合体育館 TEL 042-481-6221)

12月16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	個卓球8	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			スポ親会		
会議室				体幹強化トレーニング						芦原空手		
12月17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	ナンタマピクルス	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	個人バスケ
小体育室	Tぶろじえくと			チエアイクササイズ・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	わかば第一事業所ダンス班			太極拳白石会								
12月18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7	スワロー	個バド3	GREEN V.C	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					
12月19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	Sunny
小体育室	スポーツをやってみよう			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			はじめてのチアダンススクール			芦原空手		
12月20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	シニアスポーツ振興事業 卓球						バドミントン連盟			個バド6		
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				ムツゴロウ						芦原空手		
12月21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10回調布市小中学生バレーボール交流大会兼市民スポーツ大会 小学生の部 ※ランニングコース開放なし									個バド4		
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												
12月22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7	さくら	個バド3	個卓球7	ナンタマピクルス	個バド3	個人バスケ	トマト2
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			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		
12月23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	スワロー	個バド3	個卓球7		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			スポ親会		
会議室				体幹強化トレーニング						芦原空手		
12月24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4		ウエンディーズ	個バド3	個卓球7	クラブPearl	個バド2	かもっこ	バウンドテニス	個バド3	個卓球7	トマト2
小体育室	個卓球8			チエアイクササイズ・にこにこ体操			個卓球8			ナイトヨガスクール		
会議室	わかば第一事業所ダンス班			山茶花の会			山茶花の会					

団体予約の変更や各公開受付終了時間の申込数によって、個人利用の面数・台数が変更となる場合があります。

最新の情報は電話にてお問合せください。

(調布市総合体育館 TEL 042-481-6221)

12月25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	柏野クラブ	GREEN V.C
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								
12月26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							はじめてのチアダンススクール			芦原空手		
12月27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		Bello	個バド6		個卓球8	個バド4		ASTERISK
小体育室	フィットボクシング60			個卓球8			調布三田会卓球			個卓球8		
会議室										芦原空手		
12月28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4		アンディーズ	個バド6		ピックルボール	個バド4		Belugaバスケ	個バド7		バド連盟
小体育室	個卓球8			個卓球8			個卓球8			個卓球8		
会議室												
12月29日 月曜日												
	年末年始休館											
大体育室	令和7年12月29日（月）～令和8年1月3日（土）											
小体育室	※1月4日（日）から通常営業となります。											
会議室												
12月30日 火曜日												
	年末休館											
大体育室												
小体育室												
会議室												
12月31日 水曜日												
	年末休館											
大体育室												
小体育室												
会議室												

【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）



スポーツ協会HP



12月16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 インジョイ	三鷹中		
5コース				アクア	調和好水会		
6コース			水々サークル				
12月17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	カエルの子	グッピー	14:00-15:00 水中運動	16:30～17:50 ジュニアスイミング		18:30-20:30 中上級スイミングスクール
5コース							
6コース							
12月18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							
6コース		ファースト		アクアJJ	ファースト		フリッパーズ
12月19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	9:10-9:55			14:30-15:30 インジョイ			
5コース		マーメイド		アクア	ドルフィンズ		
6コース	ヌードル		金魚				
12月20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		ムツコロウ					
12月21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							
12月22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 スィム練習会
5コース				そよかぜ	16:30～17:50 ジュニアスイミング		
6コース							
12月23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 インジョイ			
5コース				アクア			
6コース							
12月24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	カエルの子 ひらめ会		14:00-15:00 水中運動	ポコポコホッピング		18:30-20:30 中上級スイミングスクール
5コース			グッピー				
6コース							

12月25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							
6コース					ファースト		フリッパーズ
12月26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				
12月27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							
6コース		ムツコロウ					
12月28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						GAGANI	
12月29日 月曜日							
1コース	<div>年末年始休館</div> <div>令和7年12月29日（月）～令和8年1月3日（土）</div> <div>※1月4日（日）から通常営業となります。</div>						
2コース							
3コース							
4コース							
5コース							
6コース							
12月30日 火曜日							
1コース	<div>年末休館</div> 						
2コース							
3コース							
4コース							
5コース							
6コース							
12月31日 水曜日							
1コース	<div>年末休館</div> 						
2コース							
3コース							
4コース							
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。

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