



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)

1月1日 木曜日 (祝)									
		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) ※1月4日 (日) より通常営業／5日 (月) は開館いたします。							
小体育室									
会議室									
1月2日 金曜日									
		年始休館							
大体育室									
小体育室									
会議室									
1月3日 土曜日									
		年始休館							
大体育室									
小体育室									
会議室									
1月4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   なないろバレー		個バド4   Belugaバスケ		個バド6   峰チーム		個バド4   WAVY'S	
小体育室		個卓球8		個卓球8		個卓球8		個卓球8	
会議室									
1月5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   ナンタマピクルス		個バド3   個卓球7   アンディーズ		個バド3   調布Jr.バド   個人バスケ	
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	
1月6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5   レディース初打ち大会		個バド5   レディース初打ち大会		個バド3   個卓球7   アンディーズ		個バド3   トマト2   チームCOM	
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	
1月7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2   かもっこ   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ぷろじえくと		チエアエクササイズ・にこにこ体操		個卓球8		ナイトヨガスクール	
会議室		わかば第一事業所ダンス班		太極拳白石会					
1月8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   Sunny	
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		初心者バレトンスクール		フラホアピリ					
1月9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   個人バスケ	
小体育室		燦桜卓球クラブ   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		ヨガスクール		フラレイクナ				芦原空手	

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)

1月10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4	ミニバススクール	個バド6	石原PTA		
小体育室	フィットボクシング60・わんぱく親子体操			つつじヶ丘スポーツ少年団		個卓球8		個卓球8				
会議室								芦原空手				
1月11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	ナイスミドル＆ヤングフロアボール大会 ※ランニングコース開放なし					個バド6		ナンタマピクルス	個バド6	峰チーム		
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						調布市フロアボール協会						
1月12日 月曜日（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	学童クラブ交流ドッチビー大会 ※ランニングコース開放なし							個バド3	個卓球7	個人バスケ		
小体育室								スポーツ少年団				
会議室								芦原空手				
1月13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	ナンタマピクルス	個バド4	柏野クラブ	地球防衛軍
小体育室	サンライズ		さつきクラブ	シェイプアップバランスボール・ビギナーズエアロ			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				
1月14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		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	CHOFUクラブ
小体育室	Tぷろじえくと		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	わかば第一事業所ダンス班			山茶花の会			山茶花の会					
1月15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4	調布北高バスケ部	個バド3	チェリーズ	電通大バド部	
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			個卓球8		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						

【個人利用について】 ★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

①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。（個人バスケットボールは抽選せずに利用できます。）

②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。

※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

③受付時にメンバー全員が揃ってなくても抽選に参加できますが、当選後は受付したメンバーのみでご利用ください。抽選後にメンバーを追加したり，他のグループと一緒に利用することはできません。

④できるだけ多くの方にご利用いただくため， 申込多数の場合は抽選前に他のグループとの共同利用について， お伺いする場合がございます。ご協力をお願いします。



⑤抽選後に空きがある場合は， 先着順となります。

★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

★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）

※ 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

1月1日 木曜日 (祝)									
<div>1コース</div> <div>2コース</div> <div>3コース</div> <div>4コース</div> <div>5コース</div> <div>6コース</div>		年末年始休館							
		令和7年12月29日（月）～令和8年1月3日（土）							
		※1月4日（日）より通常営業／5日（月）は開館いたします。							
1月2日 金曜日									
<div>1コース</div> <div>2コース</div> <div>3コース</div> <div>4コース</div> <div>5コース</div> <div>6コース</div>		<div>年始休館</div> 							
1月3日 土曜日									
<div>1コース</div> <div>2コース</div> <div>3コース</div> <div>4コース</div> <div>5コース</div> <div>6コース</div>		<div>年始休館</div> 							
1月4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									
6コース			GAGANI			GAGANI			
1月5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	GAGANI			16:30～17:50		19:00-20:00	
6コース		ウォーキング				ジュニアスイミング		スィム練習会	
1月6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			GAGANI	三鷹中	インジョイ				
6コース					アクア				
1月7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		グッピー	水中運動	16:30～17:50		中上級スイミングスクール	
6コース		ウォーキング	カエルの子			ジュニアスイミング			
1月8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				三鷹中		GAGANI	
6コース		ウォーキング	ファースト			ファースト			
1月9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					インジョイ			GAGANI	
6コース		ヌードル	マーメイド		アクア	ドルフィンズ			

※ 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


1月10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					GAGANI		
1月11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							
1月12日 月曜日 (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							
6コース			GAGANI				
1月13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			水々サークル		調和好水会		
1月14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	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	グッピー	ポコポコホッピング			
6コース							
1月15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		ファースト		アクアJJ	三鷹中 ファースト		GAGANI
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ご確認ください。



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。