



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		シアターダンスクラブ		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)							
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							
年始休館							
1月3日 土曜日							
年始休館							
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		GAGANI			GAGANI		
6コース							
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							
5コース				14:30-15:30			GAGANI
6コース	ヌードル	マーメイド		インジョイ	ドルフィンズ		
				アクア			

※ 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		GAGANI							
6コース									
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		GAGANI							
6コース									
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					
5コース				インジョイ	三鷹中				
6コース			水々サークル	アクア	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		カエルの子	14:00-15:00			18:30-20:30		
5コース	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		
6コース	ウォーキング								
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								
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		アクアJJ	ファースト				

【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。