

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)

## 6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   アモルファス   CHOFUクラブ
小体育室	さつきクラブ   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	調布市レディースバレーボール連盟	体幹強化トレーニング		芦原空手

## 6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   バレスクール	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   個人バスケ
小体育室	Tぷろじえくと	チェアエクササイズ・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	さわやか体操クラブ	

## 6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8   エレガンス	個バド3   個卓球7   Sunny
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	フラホアピリ		調布少年空手道

## 6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   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   後藤組
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ピクス
会議室	ヨガスクール			芦原空手

## 6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	個バド6   個卓球8	個バド6   調布ピッカルボール	個バド4   ミニバススクール	個バド6   フロアボール協会
小体育室	ラン&フィットエアロピクス・わんぱく親子体操	個卓球8	個卓球8	個卓球8
会議室			バニラ	芦原空手

## 6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51回春季ダブルスバドミントン大会 ※ランニングコース開放なし			個バド5
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				

## 6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   ピッカル十色	個バド2   個人バスケ   KSクラブ
小体育室	9・6   燦桜卓球クラブ	バランスボール・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	フラレイクナ	ストレッチポールエクササイズ	芦原空手

## 6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   バドスクール	個バド3   個卓球8   セキレイ	個バド3   個卓球7   ピッカル十色	個バド3   個卓球8   野ばら
小体育室	あやめクラブ   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	FLAT HILL
会議室		体幹強化トレーニング		芦原空手

## 6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3   個卓球7   バレスクール	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   調布RG
小体育室	Tぷろじえくと	チェアエクササイズ・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	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)

### 6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   レバレ連盟   スワロー	個バド3   個卓球7   朝日クラブ	個バド3   個卓球8   エレガンス	個バド2   GREEN.V.C   Nico OG
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	初心者バレーンスクール	フラホアピリ		

### 6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   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	Tぶろじえくと	ヘルシーウォーキング	ボールトレーニング	フットバーニングエアロピクス
会議室	ヨガスクール			芦原空手

### 6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	ジュニア育成地域推進事業 バasketボールU12審判講習会			
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	ジュニア育成地域推進事業 ミニバス審判講習会			芦原空手

### 6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	第87回加盟団体前期リーグ戦 女子の部 (卓球)			個バド4   WAVY'S
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				

### 6月29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   アンディーズ	個バド3   個卓球7   個人バスケ
小体育室	スポーツをやってみよう	バランスボール	はじめてリズム・ピラティス	つつじヶ丘スポーツ少年団
会議室	背骨コンディショニング	フラレイクナ	ストレッチポールエクササイズ	芦原空手

### 6月30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   エレガンス	個バド3   スワロー   ピックル十色	個バド3   個卓球8   地球防衛軍
小体育室	あやめクラブ   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	スポ親会
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】 ★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い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asket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asketボール(ボール)



スポーツ協会HP

※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

## 6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			
5コース				インジョイ			
6コース		ひらめ会		アクア			

## 6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	カエルの子		14:00-15:00			18:30-20:30
5コース	水中	10:30-12:00	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	初心者スイミング			ジュニアスイミング		

## 6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						
5コース	水中						
6コース	ウォーキング			アクアJJ			フリッパーズ

## 6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	9:10-9:55						
4コース				14:30-15:30			
5コース		マーメイド		インジョイ	ドルフィンズ		
6コース	ヌードル		金魚	アクア			

## 6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				1クラス13:30～15:00／2クラス15:30～17:00			
5コース		GAGANI		ジュニアスイミングスクール	GAGANI		
6コース		ムツコロワ					

## 6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					GAGANI
6コース		サンデースイミング					

## 6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						
5コース	水中			そよかぜ	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		スイム練習会

## 6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			
5コース				インジョイ			
6コース		ひらめ会		アクア			

## 6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		カエルの子	14:00-15:00			18:30-20:30
5コース	水中	10:30-12:00	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	初心者スイミング					

※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

6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						
5コース	水中						GAGANI
6コース	ウォーキング			アクアJJ			
6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			
5コース		マーメイド		インジョイ	ドルフィンズ		
6コース	ヌードル		金魚	アクア			
6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		GAGANI		1クラス13:30～15:00 / 2クラス15:30～17:00			
6コース		ムツコロウ		ジュニアスイミングスクール			GAGANI
6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					
6コース		サンデースイミング					
6月29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						
6コース	ウォーキング			そよかぜ	16:30～17:50		19:00-20:00
					ジュニアスイミング		スイム練習会
6月30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							
5コース				14:30-15:30			
6コース				インジョイ			
				アクア			

## 【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。

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

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