

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)

7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	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	Nico OG		
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			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							
7月17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8	Jr.育成バド		
小体育室	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									芦原空手				
7月18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		Belugaバスケ	個バド6		フロアボール協会		
小体育室	ラン＆フィットエアロビクス			N卓球クラブ		サンライズ	個卓球8			個卓球8				
会議室										芦原空手				
7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	第50回シングルスバドミントン大会・第31回混合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														
7月20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	第27回みんなDE交流大会（フロアボール） ※ランニングコース開放なし											個バド6	個人バスケ	
小体育室	個卓球8			個卓球8			個卓球8			個卓球8				
会議室				フラレイクナ						芦原空手				
7月21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	バド連盟	個バド3	個卓球7	ピックル十色	個バド4	野ばら	地球防衛軍		
小体育室	FLAT HILL		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				体幹強化トレーニング						芦原空手				
7月22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	アンディーズ	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	HAPPY CLUB		
小体育室	Tぷろじえくと			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			さざんかの会			さざんかの会							
7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	個卓球7	レバレ連盟	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3	個卓球8	トマト2		
小体育室	フラエカヒ			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			さわやか体操クラブ							
7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	CHOFU SPORTS キャンプ2026											個バド2	個人バスケ	CHOFUクラブ
小体育室	個卓球8			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										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)

7月25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6		ABITOMO
小体育室	フィットボクシング60・わんぱく親子体操			サンライズ		調布三田会		サンライズ	
会議室				調布市フロアボール協会		バニラ		芦原空手	
7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	第35回バタフライダブルス卓球大会							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									
7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	CHM team	個バド3	個卓球7	ピックル十色	個バド3	個卓球7	アンディーズ
小体育室	9・6		燦桜卓球クラブ	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	
7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	エレガンス	個バド5	夏休みJr.バドスクール	個バド3	個卓球7	ピックル十色	個バド3
小体育室	夏休みJr.卓球スクール			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		チームCOM	
会議室				体幹強化トレーニング		スワロー		地球防衛軍	
								個卓球8	
								芦原空手	
7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	ピックル十色	個バド5	夏休みJr.バドスクール	個バド3	個卓球7	北ノ台フェニックス	個バド3
小体育室	夏休みJr.卓球スクール			チエアエクササイズ・にこにこ体操		ジャクパススポーツスクール		個卓球7	
会議室	わかば第一事業所ダンス班							個人バスケ	
								ナイトヨガスクール	
7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	パロット	個バド5	夏休みJr.バドスクール	個バド3	かもっこ	スワロー	個バド3
小体育室	夏休みJr.卓球スクール			転倒予防・ビギナーズエアロ		個卓球8		個卓球7	
会議室						さわやか体操クラブ		Sunny	
								リラックスコンテンツボリールダンス・ボディメイクジャズダンス	
7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	CHOFUクラブ	個バド5	夏休みJr.バドスクール	個バド3	個卓8	コスモス	個バド3
小体育室	夏休みJr.卓球スクール			ヘルシーウォーキング		ボールトレーニング		個卓球8	
会議室								Jr.育成バド	
								ファットバーニングエアロピクス	
								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）



7月16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
7月17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 インジョイ アクア			
5コース		マーメイド			ドルフィンズ		
6コース	ヌードル		金魚				
7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
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					
7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
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					
7月20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					
7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
1コース							
2コース							
3コース							
4コース							
5コース				14:30-15:30 インジョイ アクア			
6コース							
7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			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	カエルの子	ポコポコホッピング			
6コース							
7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 ウォーキング						
5コース		ファースト 希望の家					
6コース				アクアJJ	ファースト		GAGANI
7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							
4コース				14:30-15:30 インジョイ アクア			
5コース		マーメイド			ドルフィンズ		
6コース	ヌードル		金魚				

7月25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							
7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	18:30-20:30
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					
7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	18:30-20:30
1コース							
2コース							
3コース							
4コース	9:20-9:50						19:00-20:00
5コース	水中			そよかぜ			スイム練習会
6コース	ウォーキング						
7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	18:30-20:30
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		エンジョイ			
6コース				アクア			
7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	18:30-20:30
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	カエルの子	GAGANI	水中運動			中上級スイミングスクール
6コース	ウォーキング						
7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	18:30-20:30
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						フリップーズ
7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	18:30-20:30
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		GAGANI		エンジョイ			
6コース	ヌードル			アクア	ドルフィンズ		

【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