

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)

8月16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		Belugaバスケ	個バド6		Bello	個バド6		ピックル十色	個バド7		調布Jr.バド	
小体育室	個卓球8			個卓球8			個卓球8			個卓球8			
会議室													
8月17日 月曜日													
	休館日												
大体育室													
小体育室													
会議室													
8月18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	スワロー	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	チームCOM	スワロー	
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			個卓球8			
会議室				体幹強化トレーニング						芦原空手			
8月19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3	個卓球7	クラブPearl	個バド2	アンディーズ	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			太極拳白石会									
8月20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	スワロー	個バド4		調布フロアボールクラブ	
小体育室	9・6		EPPC	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	調布市バドミントン連盟			フラホアピリ			調布少年空手道						
8月21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3	個卓球8	セキレイ	個バド3	個卓球8	電通大バド	個バド3	個卓球7	石原PTA	
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										芦原空手			
8月22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	調布市ソフトバレー交流会									個バド4		Belugaバスケ	
小体育室	フィットボクシング60			個卓球8			個卓球8			個卓球8			
会議室							バナラ			芦原空手			
8月23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66回調布市民スポーツ大会卓球競技 小中学生の部 ※ランニングコース開放なし									個バド2		スポーツ少年団	
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													
8月24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4	電通大バド部		個バド3	個卓球7	ピックル十色	個バド3	個卓球7			個バド3	個人バスケ	トマト2
小体育室	個卓球8			体幹バランス			はじめてリズム・ピラティススクール			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			

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)

8月25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	第41回レディースバドミントン大会 ※ランニングコース開放なし												個バド3	地球防衛軍	ZONE
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				個卓球8			個卓球8			
会議室					体幹強化トレーニング							芦原空手			
8月26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	チームCOM
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				フレンド卓球クラブ			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						
8月27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	パロット		個バド3	個卓球8	エレガンス		個バド3		Sunny
小体育室	9・6		EPPC		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				調布少年空手道						
8月28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3	個卓球8	セキレイ		個バド3	個卓球7	北ノ台フェニックス		個バド3	個卓球7	個人バスケ
小体育室	燦桜卓球クラブ				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ビクス			
会議室												芦原空手			
8月29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 バスケットボールU12審判講習会														
小体育室	ラン＆フィットエアロビクス・わんぱく親子				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 バスケットボールU12審判講習会												調布市バスケットボール協会		
8月30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	チャレンジインディアカ大会												個バド7	バド連盟	
小体育室	第66回調布市民スポーツ大会 水泳競技												個卓球8		
会議室															
8月31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4	電通大バド部			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		個バド2	個人バスケ	なないろバレ-
小体育室	個卓球8				体幹バランス				はじめてリズム・ピラティススクール			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			

【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）



8月16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							
8月17日 月曜日							
	休館日 			8月30日（日）市民スポーツ大会のため 午前9時～午後6時 屋内プールの個人利用はできません。 			
1コース							
2コース							
3コース							
4コース							
5コース							
6コース							
8月18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				アクア			
8月19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		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						
8月20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
8月21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	9:10-9:55						
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	ドルフィンズ	
6コース		ヌードル			アクア		
8月22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					
8月23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					
8月24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			19:00-20:00
6コース	ウォーキング				スイム練習会		

8月25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 アクア			
5コース							
6コース							
8月26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			カエルの子	ポコポコホッピング			
6コース							
8月27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		希望の家		アクアJJ			フリッパーズ
8月28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		ひらめ会			ドルフィンズ		
6コース	ヌードル						
8月29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					
8月30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	第66回調布市民スポーツ大会 水泳競技						
2コース							
3コース							
4コース							
5コース							
6コース							
8月31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 スイム練習会
5コース				そよかぜ			
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