

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)

9月1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	ピックル十色	個バド3	チームCOM	地球防衛軍
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		
9月2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	わかば第一事業所ダンス班			チェアエクササイズ・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				太極拳白石会			さわやか体操クラブ					
9月3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2	チームCOM	GREEN.V.C
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			個卓球8		
会議室				フラホアピリ						調布少年空手道		
9月4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	Sunny
小体育室	EPPC		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										芦原空手		
9月5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	第66回調布市民スポーツ大会 バスケットボール競技 一般の部											
小体育室	ラン&フィットエアロビクス・わんぱく親子体操			個卓球8			個卓球8			個卓球8		
会議室										芦原空手		
9月6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 バドミントン競技 一般の部 ※ランニングコース開放なし									フロアボールリーグ		
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												
9月7日 月曜日												
	休館日 											
大体育室												
小体育室												
会議室												
9月8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	ピックル十色	個バド3	地球防衛軍	アンディーズ
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		
9月9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	バレースクール	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)

9月10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	スワロー	個バド3	トマト2	なないろバレー
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			個卓球8		
会議室				フラホアピリ			調布少年空手道					
9月11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			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		
9月12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	第66回調布市民スポーツ大会 バスケットボール競技 一般の部											
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				調布市フロアボール協会			バニラ			芦原空手		
9月13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 バドミントン競技 中学生の部 ※ランニングコース開放なし											
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												
9月14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	調布ピクルズ	個バド3	個卓球7	さくら	個バド3	個卓球7	ピックル十色	個バド2	個人バスケ	チームCOM
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		
9月15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	ピックル十色	個バド3	トマト2	地球防衛軍
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	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		

【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

9月1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					
9月2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			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	カエルの子	グッピー						
9月3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					
9月4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					
6コース	ヌードル	マーメイド	金魚	アクア	ドルフィンズ				
9月5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		ムツコロウ							
9月6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					GAGANI		
9月7日 月曜日									
1コース	休館日 								
2コース									
3コース									
4コース									
5コース									
6コース									
9月8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					
9月9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

9月10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	ファースト					GAGANI
6コース	ウォーキング	希望の家					
9月11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				エンジョイ			
6コース	ヌードル	マーメイド	金魚	アクア	ドルフィンズ		
9月12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		ムツゴロウ					
9月13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					
9月14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	16:30～17:50		スイム練習会
6コース	ウォーキング				ジュニアスイミング		
9月15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				エンジョイ			GAGANI
6コース				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。