調布市総合体育館

体育室・会議室予定表【12月16日～31日】

令和8年11月10日現在

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）**

12月16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	Tぷろじぇくと	チェアエクササイズ・にこにこ体操	ジャクパスポーツスクール	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		

12月17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2 / レバレ連盟 / ピックル十色	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 / チェリーズ / トマト2
小体育室	個卓球8	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		フラホアピリ	調布少年空手道	

12月18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 / チームCOM	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 / 調布Jr.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				芦原空手

12月19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	シニアスポーツ振興事業 調布市シニア卓球交流大会			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・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

12月20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12回調布市小中学生バレーボール交流大会・兼市民スポーツ大会 小学生の部 ※ランニングコース開放なし			個バド4
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				

12月21日 月曜日

大体育室	
小体育室	
会議室	

12月22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 / セキレイ	個バド3 / 個卓球7 / ピックル十色	個バド4 / スワロー / 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		芦原空手

12月23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 / くがやま	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ぷろじぇくと	チェアエクササイズ・にこにこ体操	ジャクパスポーツスクール	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	

12月24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8 / エレガンス	個バド3 / 個卓球8 / エレガンス	個バド2 / Nico OG / GREEN V.C
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 / FLAT HILL	個卓球8
会議室		フラホアピリ		

調布市総合体育館

体育室・会議室予定表【12月16日～31日】

令和8年11月10日現在

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）**

12月25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 / コスモス	個バド3 / 個卓球7 / 個人バスケ
小体育室	EPPC / FLAT HILL	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		フラレイククナ		芦原空手

12月26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 / TOBISHO	個バド6 / 個卓球8
小体育室	フィットボクシング60・わんぱく親子体操	上ノ原サンデー / Tぷろじぇくと	個卓球8	JTCテーブルテニスクラブ
会議室				芦原空手

12月27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 / 調布ピクルズ	個バド6 / 個卓球8	個バド7 / タンタカタン	個バド7 / バド連盟
小体育室	個卓球8	FLAT HILL / JTCテーブルテニスクラブ	個卓球8	個卓球8
会議室				

12月28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 / Peace ＆Win	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 / KSクラブ
小体育室	個卓球8	体幹バランス	FLAT HILL	個卓球8
会議室		フラレイククナ		芦原空手

12月29日 火曜日

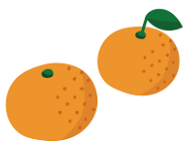


年末年始休館
令和8年12月29日（火）～令和9年1月3日（日）
※1月4日（月）から通常営業となります。

12月30日 水曜日

年末休館

12月31日 木曜日



年末休館
良いお年をお迎えください



【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）

スポーツ協会HP

調布市総合体育館

屋内プール予定表【12月16日～31日】

令和8年11月10日現在

※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

12月16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	ひらめ会	グッピー	14:00-15:00 水中運動	16:30～17:50 ジュニアスイミング		18:30-20:30 中上級スイミングスクール
5コース							
6コース							

12月17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					三鷹中		フリッパーズ
6コース				アクアJJ			

12月18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 エンジョイアクア			
5コース		マーメイド	金魚		ドルフィンズ		
6コース	ヌードル						

12月19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		ムツゴロウ					

12月20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					
6コース							

12月21日　月曜日

1コース
2コース
3コース
4コース
5コース
6コース



12月22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 エンジョイアクア			
5コース					三鷹中		
6コース							

12月23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	グッピー		ポコポコホッピング		
6コース							

12月24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						GAGANI
5コース					三鷹中		
6コース							

調布市総合体育館

屋内プール予定表【12月16日～31日】

令和8年11月10日現在

※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

12月25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		エンジョイ	ドルフィンズ		
6コース	ヌードル		金魚	アクア			

12月26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							

12月27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					

12月28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	GAGANI		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		

12月29日　火曜日



年末年始休館

令和8年12月29日（火）～令和9年1月3日（日）

※1月4日（月）から通常営業となります。

12月30日　水曜日

年末休館

12月31日　木曜日



年末休館

良いお年をお迎えください



【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。

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

【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。

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