

各種競技

※記載されている競技以外はできません。ご注意ください。

		午前				午後				夜間			
		9:00				13:00				18:00			
		12:00				17:00				21:00			
1	月				16	火						剣柔ア相	
2	火				17	水			卓			卓相	
3	水			卓	18	木						剣柔弓相	
4	木				19	金			卓			卓相	
5	金			卓	20	土			卓剣空ア			卓剣空ア相	
6	土			卓剣空弓	21	日							
7	日	剣卓ア相		剣柔卓ア	22	月							
8	月				23	火						剣柔ア相	
9	火				24	水			卓			卓相	
10	水			卓	25	木						剣柔弓相	
11	木				26	金			卓			卓相	
12	金			卓	27	土			卓剣空弓			卓剣空弓相	
13	土				28	日	卓剣弓相		卓剣柔弓				
14	日	相			29	月							
15	月	休館日					30	火					剣柔ア相
入場券販売は、終了30分前までです。						31	水			卓		卓相	

卓=卓球 剣=剣道 柔=柔道 空=空手
弓=弓道 ア=アーチェリー 相=相撲

- ※1 競技により年齢制限を設定しております。
- ※2 競技により持ち物が異なります。

主競技場

※記載されている競技以外はできません。

		午前				午後				夜間				
		9:00				13:00				18:00				
		12:00				17:00				21:00				
1	月				16	火						バド	バド	
2	火				17	水			バド				バスケ	
3	水				18	木						バレー	バレー	
4	木				19	金			バレー					
5	金				20	土						バスケ	バスケ	
6	土				21	日						区民無料開放日		
7	日				22	月								
8	月				23	火						バド	バド	
9	火				24	水			バド				バスケ	
10	水				25	木						バレー	バレー	
11	木				26	金								
12	金				27	土						バレー	バレー	
13	土				28	日								
14	日				29	月								
15	月	休館日					30	火					バド	バド
入場券販売は、終了30分前までです。						31	水						バスケ	

バレー=バレーボール バド=バドミントン
バスケ=バスケットボール

- ※1 競技により年齢制限を設定しております。
- ※2 バドミントンは、ラケットとシャトルをご持参ください。

プール

		午前				午後				夜間			
		9:00				12:00				17:00			
		12:00				17:00				21:00			
1	月	☆	☆	☆	16	火	☆	☆	☆				
2	火	☆	☆	☆	17	水	☆	☆	☆				
3	水	☆	☆	☆	18	木	☆	☆	☆				
4	木	☆	☆	☆	19	金	☆	☆	☆				
5	金	☆	☆	☆	20	土	☆	☆	☆				
6	土	☆	☆	☆	21	日	区民無料開放日						
7	日	☆	☆	☆	22	月	☆	☆	☆				
8	月	☆	☆	☆	23	火	☆	☆	☆				
9	火	☆	☆	☆	24	水	☆	☆	☆				
10	水	☆	☆	☆	25	木	☆	☆	☆				
11	木	☆	☆	☆	26	金	☆	☆	☆				
12	金	☆	☆	☆	27	土	☆	☆	☆				
13	土	☆	☆	☆	28	日	☆	☆	☆				
14	日	☆	☆	☆	29	月	☆	☆	☆				
15	月	休館日					30	火	☆	☆	☆		
入場券販売は、終了30分前までです						31	水	☆	☆	☆			

☆=個人利用実施枠

- ※1 小学生は検定合格が必要となります。
- ※2 教室開催のため、利用制限させていただきます。時間帯がございますので予めご了承ください。

トレーニングルーム

		午前				午後				夜間			
		9:00				12:00				17:00			
		12:00				17:00				21:00			
1	月	☆	☆	☆	16	火	☆	☆	☆				
2	火	☆	☆	☆	17	水	☆	☆	☆				
3	水	☆	☆	☆	18	木	☆	☆	☆				
4	木	☆	☆	☆	19	金	☆	☆	☆				
5	金	☆	☆	☆	20	土	☆	☆	☆				
6	土	☆	☆	☆	21	日	区民無料開放日						
7	日	☆	☆	☆	22	月	☆	☆	☆				
8	月	☆	☆	☆	23	火	☆	☆	☆				
9	火	☆	☆	☆	24	水	☆	☆	☆				
10	水	☆	☆	☆	25	木	☆	☆	☆				
11	木	☆	☆	☆	26	金	☆	☆	☆				
12	金	☆	☆	☆	27	土	☆	☆	☆				
13	土	☆	☆	☆	28	日	☆	☆	☆				
14	日	☆	☆	☆	29	月	☆	☆	☆				
15	月	休館日					30	火	☆	☆	☆		
入場券販売は、終了30分前までです						31	水	☆	☆	☆			

☆=個人利用実施枠

- ※1 中学生を除く、15歳以上の方からご利用できます。
- ※2 トレーニングウェア、室内用シューズをお持ちください。
- ※3 当施設スタッフによる個別指導も行っております。