

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

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

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

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

☆=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。