

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	水		卓	卓相	16	木			剣柔弓相	
2	木			剣柔弓相	17	金		卓		
3	金				18	土	卓剣空ア	卓剣空相		
4	土		卓剣空弓	卓剣空弓相	19	日				
5	日	卓剣ア相	卓剣柔ア		20	月	休館日			
6	月				21	火		剣柔ア相		
7	火			剣柔ア相	22	水		卓相		
8	水			卓相	23	木				
9	木			剣柔弓相	24	金	卓	卓		
10	金		卓	卓	25	土	卓剣空弓	空		
11	土				26	日	剣弓相	剣柔弓		
12	日	相			27	月				
13	月				28	火		剣柔ア相		
14	火			剣柔ア相	29	水		相		
15	水		卓	卓相	30	木		剣柔弓相		

入場券販売は、
終了30分前までです。

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	水				16	木		バスケ	バレー	バレー
2	木			バレー	バレー	17	金			
3	金					18	土		バスケ	
4	土			バド		19	日	区民無料開放日		
5	日					20	月	休館日		
6	月					21	火		バド	バド
7	火			バド	バド	22	水			バスケ
8	水					23	木	大会の為 ×		
9	木			バレー	バレー	24	金			
10	金					25	土			バレー
11	土					26	日			
12	日					27	月			
13	月					28	火		バド	バド
14	火			バド	バド	29	水			バスケ
15	水					30	木		バレー	バレー

入場券販売は、
終了30分前までです。

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	水		☆	☆	16	木		☆	☆	
2	木		☆	☆	17	金		☆	☆	
3	金		☆		18	土		☆	☆	
4	土		☆	☆	19	日	区民無料開放日			
5	日	☆	☆		20	月	休館日			
6	月		☆	☆	21	火		☆	☆	
7	火		☆	☆	22	水		☆	☆	
8	水		☆	☆	23	木		☆		
9	木		☆	☆	24	金		☆	☆	
10	金		☆	☆	25	土		☆	大会準備	
11	土		☆	☆	26	日	大会の為 ×			
12	日	☆	☆		27	月		☆	☆	
13	月		☆	☆	28	火		☆	☆	
14	火		☆	☆	29	水		☆	☆	
15	水		☆	☆	30	木		☆	☆	

入場券販売は
終了30分前までです

☆=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	水	☆	☆	☆	16	木	☆	☆	☆	
2	木	☆	☆	☆	17	金	☆	☆	☆	
3	金	☆	☆	☆	18	土	☆	☆	☆	
4	土	☆	☆	☆	19	日	区民無料開放日			
5	日	☆	☆	☆	20	月	休館日			
6	月	☆	☆	☆	21	火	☆	☆	☆	
7	火	☆	☆	☆	22	水	☆	☆	☆	
8	水	☆	☆	☆	23	木	☆	☆	☆	
9	木	☆	☆	☆	24	金	☆	☆	☆	
10	金	☆	☆	☆	25	土	☆	☆	☆	
11	土	☆	☆	☆	26	日	☆	☆	☆	
12	日	☆	☆	☆	27	月	☆	☆	☆	
13	月	☆	☆	☆	28	火	☆	☆	☆	
14	火	☆	☆	☆	29	水	☆	☆	☆	
15	水	☆	☆	☆	30	木	☆	☆	☆	

入場券販売は
終了30分前までです

☆=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。