

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

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

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

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

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。