

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