

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

プール

		午前	午後	夜間			午前	午後	夜間
		9:00 12:00	12:00 17:00	17:00 21:00			9:00 12:00	12:00 17:00	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	☆	☆	☆
15	金	☆	☆	☆	30	土	☆	☆	☆
入場券販売は 終了30分前までです					31	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 月曜日の16:00～16:50、土曜日の14:00～14:50は、

教室開催のため、1コースはご利用いただけません
※3 その他プログラム、イベント等でご利用いただけない
場合もございますのであらかじめご了承ください。

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			午前	午後	夜間
		9:00 12:00	13:00 17:00	18:00 21:00			9:00 12:00	13:00 17:00	18:00 21:00
1	金				16	土		バスケ	
2	土	大会のため×			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			
15	金				30	土			
入場券販売は、 終了30分前までです。					31	日			

入場券販売は、
終了30分前までです。

バスケットボール

第六章 設定

※ 競技により年齢制限を設定しております。

※2 ハミントンは、フレットとシャトルをご持参ください。

トレーニングルーム

		午前	午後	夜間			午前	午後	夜間
		9:00	12:00	17:00			9:00	12:00	17:00
12:00				21:00					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	☆	☆	☆
15	金	☆	☆	☆	30	土	☆	☆	☆
入場券販売は 終了30分前までです					31	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。