

予 定 (1/2)

※7月22日現在の情報です。予定は変更される場合がありますので、あらかじめご了承ください。

			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
			水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金
主 競 技 場	コート	A B	A B	A B	A B	A B	A B	A B	A B	A B	A B	A B	A B	A B	A B	A B	A B	A B	A B	A B	A B	A B	A B	A B	A B	A B	A B	A B	A B	A B	A B	A B	A B
	午前 9:00 ～ 12:00																																
	午練① 12:30 ～ 15:30	改修工事	改修工事	改修工事	改修工事	改修工事	改修工事	改修工事	改修工事	改修工事	改修工事	改修工事	改修工事	改修工事					改修工事	改修工事	改修工事	改修工事	改修工事	改修工事	改修工事	改修工事	改修工事	改修工事	改修工事	改修工事	改修工事	改修工事	
	午練② 16:00 ～ 18:00																																
	夜間 18:30 ～ 21:30																																
柔道場	午前 9:00 ～ 12:00					サンデー 柔道		ヨヤサ教室い						サンデー 柔道														サンデー 柔道	ヨヤサ教室い				
	午練① 12:30 ～ 15:30	団体	団体	団体	団体	団体	団体	団体	団体	団体	団体	団体	団体	団体					団体	団体	団体	団体	団体	団体	団体	団体	団体	団体	団体	団体	団体	団体	
	午練② 16:00 ～ 18:00																																
	夜間 18:30 ～ 21:30																																
	剣道場	午前 9:00 ～ 12:00	体健康 SSSC		探健康室体協	S SSC ヒーター	個人			体健康 SSSC	探健康室体協	団体	個人							探健康室体協	S SSC ヒーター	個人			体健康 SSSC	探健康室体協	S SSC ヒーター	城西フロック少 林寺拳法大会	団体		体健康 SSSC	探健康室体協	団体
午練① 12:30 ～ 15:30		チア S SC	団体	団体	レス・C ボク・	初室心者道教（事）	団体	チア S SC	団体	団体	レス・C ボク・	初室心者道教（事）	団体	ボク・レス・C	団体				団体	レス・C ボク・	団体	団体	チア S SC	団体	団体	団体	団体	団体	団体	レス・C ボク・	チア S SC	団体	
午練② 16:00 ～ 18:00		チア S SC	団体	団体	ジェンエル レス・C	団体	J SSC レスリ、ング	チア S SC	団体	団体	ジェンエル レス・C	団体	団体	ジェンエル レス・C	団体				団体	ジェンエル レス・C	団体	団体	チア S SC	団体	団体	団体	団体	団体	団体	J SSC レスリ、ング	チア S SC	団体	団体
夜間 18:30 ～ 21:30		団体	団体	団体	稽古会剣道合同会	団体	団体	団体	団体	団体	稽古会剣道合同会	団体	団体	稽古会剣道合同会	団体				団体	稽古会剣道合同会	団体	団体	稽古会剣道合同会	団体	団体	団体	団体	団体	団体	稽古会剣道合同会	団体	団体	団体
弓道場		午前 9:00 ～ 12:00	団体	弓個人	ア個人	団体	団体	団体	団体	団体	弓個人	ア個人	団体	団体					弓個人	ア個人	団体			団体	団体	弓個人	ア個人	団体		一日体験会①（事）弓道連盟	団体	弓個人	ア個人
	午練① 12:30 ～ 15:30		弓個人	ア個人	団体	団体	団体	団体	団体	弓個人	ア個人	団体	団体					弓個人	ア個人	弓道月例会	団体	団体	団体	団体	弓個人	ア個人	団体			団体	弓個人	ア個人	
	午練② 16:00 ～ 18:00		弓個人	ア個人	団体	団体	団体	団体	団体	弓個人	ア個人	団体	団体					弓個人	ア個人	団体	団体	団体	団体	団体	弓個人	ア個人	団体			団体	弓個人	ア個人	
	夜間 18:30 ～ 21:30		弓個人	リリース解放事業④	リリース解放事業⑤	団体	団体	団体	団体	弓個人	ア個人	リリース解放事業④	リリース解放事業⑤					弓個人	リリース解放事業④	団体	団体	団体	団体	団体	弓個人	リリース解放事業④	団体			団体	弓個人	ア個人	
			休 館 日														器 具 点 検 日																

総合体育館 7月分 予定(2/2) ※7月22日現在の情報です。予定は変更される場合がありますので、あらかじめご了承ください。

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31												
	時間コマ	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金												
卓球場	午前9:00～	団体	団体	団体	団体	個人	団体	団体	団体	団体	団体	団体	個人	休日	器具点検日	器具点検日	団体	団体	団体	個人	個人	団体	団体	団体	団体	団体	個人	団体	団体	団体	団体	団体												
	12:00～	個人		個人	個人	個人			個人		個人	個人	個人					個人	個人	個人	個人		個人		個人	個人	個人			個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	
	午後12:30～	個人		個人	個人	個人			個人		個人	個人	個人					個人	個人	個人	個人		個人		個人	個人	個人			個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	
	午後15:30～	個人		個人	個人	個人			個人		個人	個人	個人					個人	個人	個人	個人		個人		個人	個人	個人			個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	
	午後16:00～	個人		個人	個人	個人			個人		個人	個人	個人					個人	個人	個人	個人		個人		個人	個人	個人			個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	
	夜間18:30～	個人		個人	個人	個人			個人		個人	個人	個人					個人	個人	個人	個人		個人		個人	個人	個人			個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人
21:30～	個人		個人	個人	個人	個人		個人		個人	個人	個人	個人				個人	個人	個人	個人		個人		個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人													
スクリーンコート	午前9:00～	団体	団体	団体	者室連 会競盟 員技教	団体	団体	団体	団体	団体	団体	団体	者室連 会競盟 員技教	休日	器具点検日	器具点検日	団体	団体	者室連 会競盟 員技教	団体	個人	団体	団体	団体	団体	団体	団体	団体	団体	団体	団体	団体	団体											
	12:00～				個人	個人						個人	個人						個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人
	午後12:00～				個人	個人						個人	個人						個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人
	午後14:00～				個人	個人						個人	個人						個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人
	午後16:00～				個人	個人						個人	個人						個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人
	午後18:00～				個人	個人						個人	個人						個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人

(注) 青色枠 団体予約枠。利用日の7日前までに団体利用が無い場合は、個人利用に切り替わります。
 白色枠 個人利用枠。
 緑色枠 大会・教室などが予定されている枠。

- 総合体育館の個人利用は、時間枠での利用です。
- バレーボール・バスケットボールの個人利用について
 - ①個人利用可能曜日は、バレーボールは火曜日、バスケットボールは、木曜日と団体利用のない場合の土曜日です。（祝日を除く）
 - ②利用時間の約5分前から受付を開始します。（状況により早くなる場合もあります。）
- バドミントンの個人利用について
 - ①個人利用可能曜日は、月曜日・水曜日および団体利用のない場合の金曜日・日曜日・祝日です。
 - ②仮予約の受付 朝8時30分より到着順に仮予約を実施します。また、仮予約の受付は利用者本人に限ります。（代理受付不可）
 - ③利用時間の約15分前から受付を開始します。
- 卓球の個人利用について
 - ①利用される方は受付前の待機場所に到着順に並んでお待ちください。
 - ②利用時間枠の5分前になりましたら、受付を開始します。
 - ③卓球の受付は2名以上のグループで受付を行います。（1名では受付できません）
 - ④卓球については台数（10台）をこえるグループがいいた場合、抽選となります。
 - ⑤空き予約の受付（電話・事前等）は行っておりません。

※ 競技場・卓球場・トレーニング室をご利用の際は、必ず室内用の運動靴をご持参ください。
 ※ 午後6時以降は小学生以下のお子様だけでは利用できません。18歳以上の方の付き添いが必要です。

【トレーニング室】

トレーニング室は会員制です。
 ご利用できる方は15歳以上（中学生を除く）の区内在住・在勤・在学の方です。
 初めてご利用の際には、トレーニング室の利用説明を受けていただきます。下記の物をご持参ください。
 ●住所の確認できる物（運転免許証、保険証など）●運動着・室内用の運動靴をお持ちください。

練馬区立総合体育館
 電話 03（3995）2805