			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	<b>(21)</b>	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
			火	水	木	金	±	В	月	火	水	木	金	±	В	月	火	水	木	金	±	В	月	火	水	木	金	±	8	月	火	水	木	
	1=	) <b>-</b>  -	A B	A B	A B	A B	A B	A B	A B	A B	АВ	АВ	АВ	A B	A B	A B	A B	A B	A B	A B	A B	A B	A B	АВ	A B	АВ	A B	АВ	A B	A B	A B	A B	A B	
	4	干前 9:00 } 2:00	団体	団団体体体		ガスクール③ かんき	· 3 0 t	団体	団体	団体	団体	·		·						全関東奇			団体	団体	団体				団体	団体	団体	団体		
<b>主</b>	::	午後① パレーコ 12:30 ポーコ 15:30 ルケイ 16:00 ポーコ 18:00 ル	1	バドミントン	バスケットポール	団体	バレー 交流会 ピーチボール		バドミントン団	バレーポール 団	バドミントン	バスケットボール	団体	区民スポーツナ	バ 前 割 団 ン				補修	補修工事	· - - - - - - - - - - - - -	バ 前 期 団 ン	キャッチバレ	バレーポール 団	バドミントン	バスケットポール	団体	区民スポーツナ	キャッチバレー	バドミントン	バレー ポール 団	バドミントン	バスケットポール	
技	易   ' 易   <sup>1</sup>		ポー	バドミントン	バスケットボール		<del>J</del>	体が出場の	がドミントン	バレーボール	バドミントン	(バスケットボール) バスケットボール (バトミントン) ( 体		大会(女運)の	体戦②会				事		大会	体が出場会	の大会①協会	バレーボール	がドミントン 団体	バスケットボール		ツ大会(女運)」	の 大 会 ② 協 会	体ドミントン	バレーボール	バドミントン	バスケットボール	
	1 2		バレーボール ル	バドミントン	バスケットボール	エンジェルス	体		バドミントン ポクササイズ	バ レ レーボ ボール			ゴンジェルス SSSC	2		休	器	器		銃剣道大会	団体			バ レーボール	バドミントン	バスケットボール	エンジェルス	4		バドミントン ポクササイズ	バ レ ル ボール	バドミントン	バスケットボール	
	1	午前 9:00 5						柔デサ <sup>(</sup> 道   ン <sup>()</sup>	いやス 教ヨさポ 室 ガし協						柔デサ <sup>(</sup> 道 I ン <sup>()</sup>		具	具			全関森	柔デサ( 童lン)							柔デサ( 童lン)	かせス 教ヨさポ 室ガし協				
多道线	<b>系道易</b>	2:00 後①  2:30  5:30  6:00  6:00  6:00  6:00  6:00	団体	体	体	体	体	団体	団体	· 団 体	団体	体	体	体	団体	館	点検	点検	団体	体	全関東銃剣道大会団体	団体	団 体	体	体	体	体	体	団体	団体	団体	体	団体	
		21:30 午前 9:00 ~		体健S 操康C		操健ス 教康ポ 室体協	団体	個人			体健S 操康C		操健ス 教康ポ 室体協	ピ S S C ンタ C	個人					操健ス 教康ポ 室体協	全	個			体健 S 操康 C		操健ス 教康ポ 室体協	ピS パリS ンタC	会城会西,					
全	<u>1</u>	2:00  後①  2:30 	:00 (1) (2) (3) (4) (4)	チS アC	-	団体				体	チS アC		団体	ポレス・C	教初 剣 動 の る る る					J	東統領	統		団 体	チS アC		団体	ポク・C	会少林寺拳法城西ブロック大		団 体			
<b>美</b> 道		5:30 後② 6:00	30	- S		14 ダS ンS スC	シ・C ジェル ス ス ス ス ス ス ス ス ス ス ス ス ス ス ス ス ス ス ス	④者 <sup>但</sup> ○	団 体	ンJS グリ.C		団体	4 ダS ンS スC	ジェル ジェル ル	⑤者道○				団 体	体 ダS ンS	全関東銃剣道大会	⑥者 <sup>但</sup> ○	団 体	ン		団 体	14 ダS ンS スC	ジェ ジェン ル	本大	団 体	ンフリS グリ・C	団 体	団 体	
10	<u> </u>	8:00 夜間	プリーc 団							グリ.c 団	ア <sub>C</sub>		フS スC	ルンC 化年剣 稽育道青	団 体						え C 団		団 体							団 体		Image: Control of the		
	2	18:30 } 21:30 午前	体	団 体	2	団 体 ア	稽合剣古同道			体	体	2	<b>体</b>	古成青会強少	1	•			П	<b>体</b>	稽合剣 古同道			団 体	団 体		団 体 ア	化年剣 福育道 古成強少			体		2	
	- 1 1	9:00			号 個 人	個人				団体	団体	号 個 人	個人		体				号 個 人	ア個人ア個人ア個人						日本	個 人						号 個人	
直通拨		12:00 干後① 12:30 5 15:30 干後② 16:00 5	J	J	弓 個人	ア 個 人	J	団体	団			弓個人 弓個人	ア 個 人	団体	弓道				弓個人		J	J	J	J	団体	事)弓道	ア 個 人	J	団体	J	J	J	弓個人	
坩坩		後② 6:00 5	体	団 体	弓個人	ア 個 人	体	体	体				ア 個 人	体	弓道月例会				弓個人		体	体	体	体		弓個人	ア 個 人	体	体	団 体	団 体	団 体	弓個人	
		8:00  夜間   8:30   5   21:30			弓個人	事 業 (3)						弓個人	事 第 第 第 第 の が		団体				弓個人	事 業 ⑤ か						弓個人	事 第 第 第 節 放						弓個人	

	総		it	本	育	館		-	7	月	分		=	予	定	(2.	/2	)	*7	7月30日	∃現在の	情報で	す。予え	定は変更	される	易合があ	5ります	ので、ま	あらかじ	かご了:	承くださ	さい。				
	時間コマ	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				
		火	水	木	金	土		月	火	水	木	金	±		月	火	水	木	金	±		月	火	水	木	金	±		月	火	水	木				
	午前 9:00 } 12:00 午後①		団体		団体	団 体	個人	J		団体		団体	団 体	個人					団 体	団体	個人	個人		団体		団体	団体	個人	J		団体					
卓 球	12:30	<b>□</b>	個人	団	個人	個人	個人	体	J	個人	d d	個人	個人	個人	休	器	器	<del>[</del>	個人	個人	個人	個人	J	個人	団	個人	個人	個人	体	J	個人	J				
場	16:00 5 18:00	体	個人	体	個人	個人	個人	個人	体	個人	体	個人	個人	個人	PIN	具	具	体	個 人	個人	個人	個人	体	個人	体	個人	個人	個人	個人	体	個人	体				
	夜間 18:30 ~ 21:30		個人		個人	個人	個人	個人		個人		個人	個人	1 1	館	点	点		個人	個人	個人	個人		個人		個人	個人	個人	個人		個人					
	午前 9:00 5 12:00					者室連 会競盟 員技教	団 体		Ī				団 体	者室連 会競盟 員技教	以口	ж.		個人	個人	運総営体	者室連 会競盟 員技教	個人	団 体	団体	団体	団体	団体	般室連 会・盟 員一教				個人				
ス ケ	12:00 午後① 12:00 14:00	J	団体	団体	団	個人	個人	団体		団体	団体	団体	個人	個人		検	検	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	個人	補修	補修	補修	個人				
      場	ラ 年後② 14:00 5 16:00		体	体	体	体	体	体	体	個人	個人	体	体	体	体	体	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	工事	工事	工事	個人
	16:00 午後③ 16:00 5 19:00					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	_	7		個人				

白色枠 個人利用枠。

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らした場合、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