

総合体育館 10月分 予定(1/2) ※10月8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			
		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	土			
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			
	午前 9:00 ～ 12:00	地区(区)民館 交流課		団体	(行)ねりま通学 クラブ②	区民スポーツ大会 (区)柔道大会		団体	バレーボール連盟 スキルアップ講習会(女連)		団体	バスケットボール 教室①	スポーツの日記念事業 区民スポーツ大会①		バレーボール連盟 シニア大会(女連)		団体	東京都市北部地区 連絡会		区民スポーツ大会②		団体	バレーボール連盟 区民スポーツ大会(女性)①		区民スポーツ大会③		団体	団体	団体	団体	バスケットボール 教室④		団体		
	午後① 12:30 ～ 15:30			団体				団体			団体						団体					団体					団体	団体	団体						
	午後② 16:00 ～ 18:00	バスケットボール		団体	エンジェルズ SSC	区民スポーツ大会 施設		団体	バレーボール		団体	バスケットボール		バスケットボール		バスケットボール		バスケットボール		バスケットボール		バスケットボール		バスケットボール		バスケットボール		バスケットボール		団体	団体	団体	団体	団体	
	夜間 18:30 ～ 21:30			団体				団体			団体																			団体	団体	団体	団体	団体	
柔道場	午前 9:00 ～ 12:00	団体	団体	団体	サンデー 柔道教室	やがさし 柔道教室	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			
	午後① 12:30 ～ 15:30			団体																													団体	団体	団体
	午後② 16:00 ～ 18:00	団体		団体	柔道教室 ④	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	
	夜間 18:30 ～ 21:30			団体				団体			団体																								
	剣道場	午前 9:00 ～ 12:00	団体	団体	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	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		
午後① 12:30 ～ 15:30		レス・ポク・ エンジェルズ			レス・ポク・ エンジェルズ																													レス・ポク・ エンジェルズ	レス・ポク・ エンジェルズ
午後② 16:00 ～ 18:00		団体		団体	合同 剣道 古大会	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	
夜間 18:30 ～ 21:30				レス・ポク・ エンジェルズ				レス・ポク・ エンジェルズ			レス・ポク・ エンジェルズ																								
弓道場		午前 9:00 ～ 12:00	弓個人	ア個人	団体	団体	団体	団体	団体	団体	団体	団体	団体	団体	団体	団体	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	
	午後① 12:30 ～ 15:30	弓個人	ア個人	団体	団体																														団体
	午後② 16:00 ～ 18:00	弓個人	ア個人	団体	団体	団体	団体	団体	団体	団体	団体	団体	団体	団体	団体	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	
	夜間 18:30 ～ 21:30	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	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

休館日

総合体育館 10 月 分 予 定 (2/2) ※10月8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	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	土																				
卓球場	午前 9:00 ~	団体	団体	団体	個人	団体	団体	球(初)心者卓教室⑤	団体	団体	団体	個人	個人	休館日	球(初)心者卓教室⑤	団体	団体	団体	個人	団体	団体	球(初)心者卓教室⑤	団体	団体	団体	個人	団体	団体	球(初)心者卓教室⑤	団体	団体	団体																				
	午後① 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										
	午後② 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										
	午後③ 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								
スクリーン	午前 9:00 ~	団体	団体	若室連会競盟員技教	運総管体	団体	団体	団体	団体	団体	団体	若室連会競盟員技教	個人	休館日	団体	団体	団体	若室連会競盟員技教	団体	団体	団体	団体	団体	団体	若室連会競盟員技教	団体	団体	団体	団体	団体	団体	団体																				
	午後① 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② 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③ 17:00 ~			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④ 17:00 ~																																																			

(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らした場合は、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。

★ スポーツの日記念事業について

・《個人開放》は無料でご利用できます。

・競技場夕方からのバドミントンの当日仮予約はいたしません。

・駐車場利用は有料となります。

※ 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