

本宿体育館

令和元年度10月プログラム

府中市本宿町4-23-12
042-366-0831

日	曜	午前(9:00~12:00)	午後I(12:45~15:00)	午後II(15:15~17:30)	夜間(18:00~21:00)	
1	火	卓球	ラリーテニス バドミントン	ラリーテニス 卓球	ジュニアスポーツ教室 (15:45~17:00) バスケットボール バドミントン	
2	水	休 館				日
3	木	リズムダンス教室 (10:00~11:30)	ラリーテニス 卓球	バスケットボール バドミントン 卓球	バスケットボール 卓球	
4	金	貸切り 卓球	貸切り 卓球	バドミントン 卓球	エアロビクス教室 (19:30~20:45)	
5	土	貸切り ファミリースポーツ広場	バドミントン 貸切り 卓球	貸切り バドミントン 卓球	貸切り 貸切り	
6	日	レクリエーション広場	レクリエーション広場	バドミントン バスケットボール	貸切り バスケットボール	
7	月	60歳からの健康づくり教室 A(9:00~10:15)B(10:45~12:00)	ラリーテニス 貸切り 卓球	バドミントン 卓球	貸切り 卓球 バドミントン	
8	火	卓球	ラリーテニス バドミントン	貸切り 卓球	ジュニアスポーツ教室 (15:45~17:00) バスケットボール バドミントン	
9	水	シェイプアップ教室 (10:00~11:30)	成人スポーツ広場	バドミントン 卓球	貸切り 卓球 四半的弓道	
10	木	リズムダンス教室 (10:00~11:30)	ラリーテニス 卓球	バスケットボール バドミントン 卓球	貸切り 卓球	
11	金	貸切り 卓球	貸切り 卓球	バドミントン 卓球	エアロビクス教室 (19:30~20:45)	
12	土	貸切り 貸切り	レクリエーション広場	レクリエーション広場	貸切り	
13	日	レクリエーション広場	レクリエーション広場	バドミントン バスケットボール	貸切り 貸切り	
14	月	府中市主催 「レクリエーションのつどい」	府中市主催 「みんなのスポーツday」		卓球 バドミントン	
15	火	卓球	ラリーテニス バドミントン	ラリーテニス 卓球	ジュニアスポーツ教室 (15:45~17:00) バスケットボール バドミントン	
16	水	シェイプアップ教室 (10:00~11:30)	成人スポーツ広場	バドミントン 卓球	貸切り 卓球 四半的弓道	
17	木	休 館				日
18	金	休 館				日
19	土	ファミリースポーツ広場	ポッチャ研修会		バドミントン 卓球	
20	日	貸切り		バドミントン バスケットボール	バドミントン バスケットボール	
21	月	60歳からの健康づくり教室 A(9:00~10:15)B(10:45~12:00)	ラリーテニス 貸切り 卓球	貸切り バドミントン 卓球	バドミントン 卓球	
22	火	レクリエーション広場	貸切り 卓球	レクリエーション広場	貸切り バドミントン	
23	水	シェイプアップ教室 (10:00~11:30)	成人スポーツ広場	バドミントン 卓球	貸切り 卓球 四半的弓道	
24	木	リズムダンス教室 (10:00~11:30)	ラリーテニス 卓球	バスケットボール バドミントン 卓球	バスケットボール 卓球	
25	金	貸切り 卓球	貸切り 卓球	バドミントン 卓球	エアロビクス教室 (19:30~20:45)	
26	土	貸切り ファミリースポーツ広場	貸切り 卓球	貸切り バドミントン 卓球	貸切り 貸切り	
27	日	ジュニア育成技術講習会 「バレーボール」			バドミントン バスケットボール	
28	月	休 館				日
29	火	卓球	ラリーテニス バドミントン	ラリーテニス 卓球	ジュニアスポーツ教室 (15:45~17:00) バスケットボール バレーボール	
30	水	シェイプアップ教室 (10:00~11:30)	成人スポーツ広場	バドミントン 卓球	貸切り 卓球 四半的弓道	
31	木	リズムダンス教室 (10:00~11:30)	ラリーテニス 卓球	バスケットボール バドミントン 卓球	バスケットボール 卓球	

※ 体育室内が非常に混雑した場合は安全管理上、入場を制限またはお断りする場合があります。
あらかじめご了承ください。

- ※ 太字 は教室となり、事前の申込が必要です。詳しくは、体育館受付にお尋ねください。
- ※ 貸切り は、貸切となっているため、一般の方はご利用になれません。
- ※ レクリエーション広場では、卓球・バドミントン・ボール遊びができます。
- ※ ファミリースポーツ広場では、卓球・バドミントン・トランポリン・ポッチャができます。
(ただし、5日、26日は、卓球・トランポリン・ポッチャとなります。)
- ※ 成人スポーツ広場…13:00~ リズム体操・ストレッチ・練功十八法などの体操ができます。
14:00~ 卓球・ラリーテニスができます。
- ※ 各種目の台数、コート数は曜日・時間帯によって異なります。詳細は、体育館へお問い合わせください。