

本宿体育館

令和7年9月プログラム

府中市本宿町4-2 3-12
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	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	バドミントン 卓球
2	火	ラリーテニス 卓球	ラリーテニス 卓球	ジュニアスポーツ教室 (15：45～17：00)	貸切り バスケットボール
3	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
4	木	リズムダンス教室 (10：00～11：30)	貸切り	バスケットボール 卓球	貸切り 卓球
5	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)
6	土	貸切り 貸切り	バドミントン 卓球 貸切り	貸切り 卓球	貸切り 卓球
7	日	レクリエーション広場 (卓球・バドミントン・ボール)	レクリエーション広場 (卓球・バドミントン・ボール)	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
8	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 卓球	バドミントン 卓球	貸切り 卓球
9	火	ラリーテニス 卓球	ラリーテニス 卓球	ジュニアスポーツ教室 (15：45～17：00)	バドミントン バスケットボール
10	水	休 館 日			
11	木				
12	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)
13	土	ファミリースポーツ広場 (卓球・バドミントン・トランボリン)	バドミントン 卓球	貸切り 卓球	貸切り
14	日	市民体育大会 バスケットボール			
15	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	バドミントン 卓球
16	火	休 館 日			
17	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
18	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 卓球	貸切り 卓球
19	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)
20	土	ファミリースポーツ広場	バドミントン 卓球 貸切り	貸切り 卓球	貸切り 貸切り
21	日	レクリエーション広場 (卓球・バドミントン・ボール)	レクリエーション広場 (卓球・バドミントン・ボール)	バドミントン バスケットボール	貸切り 貸切り
22	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 卓球	バドミントン 卓球	貸切り 卓球
23	火	レクリエーション広場 (卓球・バドミントン・ボール)	貸切り		バスケットボール バドミントン
24	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	バドミントン 卓球 四半的弓道
25	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 卓球	バスケットボール 卓球
26	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)
27	土	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	貸切り 貸切り	貸切り 貸切り
28	日	市民体育大会 バスケットボール			
29	月	休 館 日			
30	火	ラリーテニス 卓球	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

- ※ **貸切** 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。
- ※ 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。
- ※ 一般公開の設置台（面）数、利用人数（定員）には制限があります。
- ※ 公開時間の5分前に、設置面以上のグループだった場合は、府中市民優先で抽選となります。（全種目が対象）
- ※ 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。（各回定員40名となります）
14：00～ 卓球・ラリーテニスができます。
- ※ レクリエーション広場のボール遊びについては、バスケットボール、サッカーボールの利用はできません。
- ※ ファミリースポーツ広場のトランボリンは、10：00～10：40、11：00～11：40の時間帯でおこないます。
- ※ ファミリースポーツ広場については、20日は卓球・トランボリン、27日はバドミントン・トランボリンができます。
- ※ 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。
- ※ 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。