

| 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 | 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 | 貸切り 卓球 四半的弓道 | |
| 2 | 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 | |
| 3 | 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) | |
| 4 | 土 | 貸切り | 貸切り 卓球 貸切り | 貸切り 貸切り | 貸切り 卓球 | |
| 5 | 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 バスケットボール | |
| 6 | 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 貸切り | |
| 7 | 火 | 休 館 | | | | 日 |
| 8 | 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 | |
| 9 | 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 | |
| 10 | 金 | ラリーテニス 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) | |
| 11 | 土 | ファミリースポーツ広場 (卓球・バドミントン・トランポリン) | バドミントン 卓球 | レクリエーション広場 (卓球・バドミントン・ボール) | 貸切り | |
| 12 | 日 | 貸切り 卓球 | バドミントン 卓球 貸切り | 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 | |
| 13 | 月 | みんなのスポーツday | | | | バドミントン 卓球 |
| 14 | 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 バドミントン | |
| 15 | 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 | |
| 16 | 木 | 休 館 | | | | 日 |
| 17 | 金 | 休 館 | | | | 日 |
| 18 | 土 | 貸切り 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 卓球 | |
| 19 | 日 | ポッチャ教室 | 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 バスケットボール | |
| 20 | 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 | |
| 21 | 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 バドミントン | |
| 22 | 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 | |
| 23 | 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 | |
| 24 | 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) | |
| 25 | 土 | 貸切り | | 貸切り 卓球 | 貸切り 貸切り | |
| 26 | 日 | ジュニアスポーツ振興会 府中市西部大会 | | | | バドミントン バスケットボール |
| 27 | 月 | 休 館 | | | | 日 |
| 28 | 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 | |
| 29 | 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 | |
| 30 | 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 | |
| 31 | 金 | 貸切り 卓球 | 貸切り 卓球 | 貸切り 卓球 | エアロビクス教室 (19:30~20:45) | |

- ※ 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、事前の申し込みが必要です。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ポリンは、10:00~10:40、11:00~11:40の時間帯でおこないます。
- ※ 18日のファミリースポーツ広場は、卓球・トランポリンができます。
- ※ 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。