

| 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 | 土 | 成人軽スポーツ教室(10:00~11:30) 卓球 | ファミリースポーツ広場 (卓球・トランポリン・ボール) | 貸切り | 貸切り | |
| 2 | 日 | 貸切り | 貸切り | バドミントン | バドミントン | |
| | | 貸切り | バドミントン | バスケットボール | バスケットボール | |
| 3 | 月 | バドミントン | ラリーテニス | バスケットボール | バスケットボール | |
| | | 貸切り | バドミントン | バドミントン | 卓球 | |
| 4 | 火 | シェイプアップ教室 (10:00~11:30) | 貸切り | 貸切り | バドミントン | |
| | | | バドミントン | バドミントン | | |
| 5 | 水 | 貸切り | ストレッチ&軽スポーツ教室 (13:30~15:00) 卓球 | バスケットボール | 貸切り | |
| | | | | 貸切り | インディアカ 卓球 | |
| 6 | 木 | バドミントン | 60歳からの健康づくり教室 (13:30~15:00) | バドミントン | 貸切り | |
| | | インディアカ | | 卓球 | 貸切り | |
| 7 | 金 | 休 館 | | | | 日 |
| 8 | 土 | 白糸台体育館運営協議会 「ニュースポーツのつどい」 | ファミリースポーツ広場 (卓球・トランポリン・ボール) | バスケットボール | 貸切り | |
| | | | | インディアカ 卓球 | インディアカ | |
| 9 | 日 | 夏季大会トーナメント戦 バスケットボール連盟 | | | | 貸切り |
| | | | | | バドミントン 貸切り | |
| 10 | 月 | バドミントン | ラリーテニス | バスケットボール | 貸切り | |
| | | 貸切り | バドミントン 卓球 | バドミントン 卓球 | | |
| 11 | 火 | シェイプアップ教室 (10:00~11:30) | バドミントン | バドミントン | 貸切り | |
| | | | 卓球 | バスケットボール | バドミントン | |
| 12 | 水 | 貸切り | バスケットボール | バスケットボール | バドミントン | |
| | | | 卓球 | 卓球 | 卓球 貸切り | |
| 13 | 木 | 休 館 | | | | 日 |
| 14 | 金 | バドミントン | 成人スポーツ広場 | 小学生体操教室 (16:00~17:15) | お気軽エアロ教室(19:30~20:45) | |
| | | インディアカ 貸切り | 卓球 | | 卓球 | |
| 15 | 土 | 紅葉丘文化センターコミ協 「コミュニティ運動会」 | 貸切り | バスケットボール | 貸切り | |
| | | | ファミリースポーツ広場 | 貸切り | バスケットボール | |
| 16 | 日 | 貸切り | | | | バドミントン |
| | | | | | バスケットボール | |
| 17 | 月 | バドミントン | ラリーテニス | バスケットボール | バスケットボール | |
| | | 貸切り | バドミントン 卓球 | バドミントン 卓球 | バドミントン 卓球 | |
| 18 | 火 | シェイプアップ教室 (10:00~11:30) | バドミントン | バドミントン | バドミントン | |
| | | | 卓球 | バスケットボール | | |
| 19 | 水 | 貸切り | バスケットボール | バスケットボール | バドミントン | |
| | | | 卓球 | 貸切り | インディアカ 卓球 | |
| 20 | 木 | バドミントン | 60歳からの健康づくり教室 (13:30~15:00) | バドミントン | 貸切り | |
| | | インディアカ 貸切り | | 卓球 | バスケットボール | |
| 21 | 金 | バドミントン | 成人スポーツ広場 | 小学生体操教室 (16:00~17:15) | お気軽エアロ教室(19:30~20:45) | |
| | | インディアカ 貸切り | 卓球 | | 貸切り | |
| 22 | 土 | スポーツタウン推進課 「ラリーテニス研修」 | ファミリースポーツ広場 (卓球・トランポリン・ボール) | バスケットボール | 貸切り | |
| | | | | インディアカ 卓球 | バスケットボール | |
| 23 | 日 | 貸切り | | | | バドミントン |
| | | | | 卓球 貸切り | バスケットボール | |
| 24 | 月 | 休 館 | | | | 日 |
| 25 | 火 | 休 館 | | | | 日 |
| 26 | 水 | 貸切り | バスケットボール | バスケットボール | バドミントン | |
| | | | 卓球 | 貸切り | 卓球 貸切り | |
| 27 | 木 | バドミントン | 60歳からの健康づくり教室 (13:30~15:00) | 貸切り | 貸切り | |
| | | インディアカ 貸切り | | バスケットボール | バスケットボール | |
| 28 | 金 | バドミントン | 成人スポーツ広場 | 小学生体操教室 (16:00~17:15) | お気軽エアロ教室(19:30~20:45) | |
| | | インディアカ 貸切り | 卓球 | | 卓球 | |
| 29 | 土 | 成人軽スポーツ教室(10:00~11:30) | ファミリースポーツ広場 (卓球・トランポリン・ボール) | 貸切り | 貸切り | |
| | | 卓球 | | インディアカ 卓球 | バスケットボール | |
| 30 | 日 | 夏季大会トーナメント戦 バスケットボール連盟 | | | | バドミントン |
| | | | | | バスケットボール | |

- ※ **太字** は教室になり、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、一般の方はご利用になれません。
- ※ 一般公開の設置台(面)数、利用人数には制限があります。
- ※ 公開時間の5分前に、設置数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。(全種目対象)
- ※ 成人スポーツ広場は、指導者つき一般公開です。
- ※ 金曜日は、13:00~14:00各回先着20名でリズム体操・ストレッチ・練功十八法などをおこないます。
- ※ ファミリースポーツ広場のボール遊びについて、バスケットボール、バレーボール、サッカーボールの利用はできません。
- ※ レクリエーション広場のボールについて、バスケットボール、バレーボール、サッカーボールの利用はできません。
- ※ 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。
- ※ 体育館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。
- ※ プログラムについて、ご不明な点がございましたら体育館へお問い合わせください。