

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	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 卓球	貸切り 卓球	
2	木	バドミントン インディアカ 貸切り	60歳からの健康づくり教室 (13:30～15:00)	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	
3	金	バドミントン インディアカ 貸切り	成人スポーツ広場 卓球	小学生体操教室 (16:00～17:15)	お気軽エアロ教室(19:30～20:45) 卓球	
4	土	成人軽スポーツ教室(10:00～11:30) 卓球	インディアカ 貸切り	貸切り 貸切り	貸切り 貸切り	
5	日	貸切り 貸切り	レクリエーション広場 (卓球・バドミントン・ボール遊び)	バドミントン 卓球 貸切り	バスケットボール 卓球	
6	月	バドミントン 貸切り 貸切り	ラリーテニス バドミントン 貸切り	バスケットボール バドミントン 卓球	貸切り	
7	火	休 館 日				
8	水	白糸台文化センターコミ協 わなげ大会	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 卓球	貸切り 卓球 貸切り	
9	木	バドミントン インディアカ 貸切り	60歳からの健康づくり教室 (13:30～15:00)	バドミントン バスケットボール	貸切り 貸切り	
10	金	バドミントン インディアカ 貸切り	成人スポーツ広場 卓球	小学生体操教室 (16:00～17:15)	お気軽エアロ教室(19:30～20:45) 卓球	
11	土	青少対二地区 スタンプラリー	貸切り 貸切り	バドミントン 卓球	貸切り 貸切り	
12	日	市民大会バスケットボール				バスケットボール 卓球
13	月	みんなのスポーツday				バスケットボール 卓球
14	火	シェイプアップ教室 (10:00～11:30)	バドミントン 卓球	バドミントン 卓球	バドミントン	
15	水	白糸台文化センターコミ協 わなげ大会	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 卓球	貸切り 貸切り	
16	木	休 館 日				
17	金	休 館 日				
18	土	成人軽スポーツ教室(10:00～11:30) 卓球	貸切り 貸切り	貸切り 貸切り	貸切り バスケットボール	
19	日	市民大会バレーボール（一般6人制）				貸切り バスケットボール
20	月	バドミントン 貸切り 貸切り	ラリーテニス バドミントン 卓球	バスケットボール バドミントン 卓球	貸切り	
21	火	シェイプアップ教室 (10:00～11:30)	バドミントン 卓球	バドミントン 卓球	バドミントン	
22	水	バドミントン 卓球	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 卓球	貸切り 卓球	
23	木	バドミントン インディアカ 貸切り	60歳からの健康づくり教室 (13:30～15:00)	貸切り バスケットボール	貸切り バスケットボール	
24	金	バドミントン インディアカ 貸切り	成人スポーツ広場 卓球	小学生体操教室 (16:00～17:15)	お気軽エアロ教室(19:30～20:45) 貸切り	
25	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	貸切り 卓球	貸切り バスケットボール	
26	日	貸切り 貸切り	貸切り 卓球	貸切り 卓球	貸切り バスケットボール	
27	月	休 館 日				
28	火	シェイプアップ教室 (10:00～11:30)	バドミントン 卓球	バドミントン 卓球	バドミントン	
29	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 卓球	貸切り 卓球 貸切り	
30	木	バドミントン インディアカ 貸切り	60歳からの健康づくり教室 (13:30～15:00)	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	
31	金	バドミントン インディアカ 貸切り	成人スポーツ広場 卓球	小学生体操教室 (16:00～17:15)	お気軽エアロ教室(19:30～20:45) 卓球	

※ **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45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。