白糸台体育館　令和８年１１月プログラム

府中市白糸台１－５０
０４２（３６３）１００４

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	日	貸切り			貸切り 貸切り
2	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
3	火	貸切り 卓球	卓球	卓球	バドミントン
4	水	貸切り	**ストレッチ＆軽スポーツ教室（13:30～15:00）**	バスケットボール 卓球	貸切り 卓球　貸切り
5	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 貸切り
6	金	貸切り 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)** インディアカ
7	土	**成人軽スポーツ教室（10:00～11:30）**	貸切り 貸切り	貸切り 貸切り	貸切り 貸切り
8	日	貸切り 貸切り	バドミントン 卓球　貸切り	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
9	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
10	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	貸切り 卓球
11	水	休館日			
12	木	休館日			
13	金	貸切り インディアカ　貸切り	成人スポーツ広場 卓球	バスケットボール 卓球	バスケットボール 卓球
14	土	東部四館合同 カローリング大会	貸切り 貸切り	貸切り 貸切り	貸切り 貸切り
15	日	連盟加入チームリーグ戦 バレーボール大会（９人制）			バドミントン バスケットボール
16	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	バスケットボール バドミントン　卓球
17	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
18	水	貸切り	**ストレッチ＆軽スポーツ教室（13:30～15:00）**	バスケットボール 卓球	貸切り 卓球　貸切り
19	木	貸切り 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 貸切り	貸切り 貸切り
20	金	休館日			
21	土	**成人軽スポーツ教室（10:00～11:30）**	貸切り 貸切り	貸切り 貸切り	貸切り バスケットボール
22	日	貸切り		貸切り バスケットボール	貸切り バスケットボール
23	月	五日制連絡会	貸切り 卓球	卓球	バドミントン バスケットボール
24	火	休館日			
25	水	貸切り	**ストレッチ＆軽スポーツ教室（13:30～15:00）**	バスケットボール 卓球	貸切り 貸切り
26	木	バドミントン インディアカ　貸切り	バドミントン 卓球	バドミントン バスケットボール	貸切り 貸切り
27	金	貸切り インディアカ　貸切り	成人スポーツ広場 卓球	バスケットボール 卓球	貸切り 卓球
28	土	バドミントン 卓球	貸切り 卓球	貸切り 貸切り	貸切り 貸切り
29	日	貸切り		貸切り 卓球　貸切り	貸切り バスケットボール
30	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	バスケットボール バドミントン　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、レクリエーション広場のボール遊びは、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。