2024　年 10 月 1 日 ～　2024　年 10 月 31 日まで　　10月24日 現在

※〇印は個人利用可能時間帯です。なお、時間帯が変更になることもございますのでご了承下さい。
※貸出はありません。室内履き・用具はご持参ください。

日	曜			9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
1	火	バドミントン	第1体育室C面	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	
			第3体育室													
		卓球	中2階卓球場	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	
		ジョギング		〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	

日	曜			9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
2	水	バドミントン	第1体育室C面	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	
			第3体育室													
		卓球	中2階卓球場	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	
		ジョギング		〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	

日	曜			9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
3	木	バドミントン	第1体育室C面	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	
			第3体育室													
		卓球	中2階卓球場	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	
		ジョギング		〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	

日	曜			9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
4	金	バドミントン	第1体育室C面	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇					
			第3体育室									〇	〇	〇	〇	
		卓球	中2階卓球場	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	
		ジョギング		〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇					

日	曜			9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
5	土	バドミントン	第1体育室C面													
			第3体育室										〇	〇	〇	
		卓球	中2階卓球場	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	
		ジョギング										〇	〇	〇	〇	

日	曜			9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
6	日	バドミントン	第1体育室C面										〇	〇	〇	
			第3体育室													
		卓球	中2階卓球場	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	
		ジョギング										〇	〇	〇	〇	

日	曜			9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
7	月	バドミントン	第1体育室C面					休館日								
			第3体育室													
		卓球	中2階卓球場													
		ジョギング														

日	曜			9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
8	火	バドミントン	第1体育室C面	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	
			第3体育室													
		卓球	中2階卓球場	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	
		ジョギング		〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	

日	曜			9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
9	水	バドミントン	第1体育室C面	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	
			第3体育室													
		卓球	中2階卓球場	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	
		ジョギング		〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	

日	曜			9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
10	木	バドミントン	第1体育室C面	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	
			第3体育室													
		卓球	中2階卓球場	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	
		ジョギング		〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	

日	曜			9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
11	金	バドミントン	第1体育室C面	〇	〇	〇		〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇		
			第3体育室													
		卓球	中2階卓球場	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇				
		ジョギング		〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇		

日	曜			9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
12	土	バドミントン	第1体育室C面													
			第3体育室										〇	〇	〇	
		卓球	中2階卓球場													
		ジョギング											〇	〇	〇	

日	曜			9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
13	日	バドミントン	第1体育室C面	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	
			第3体育室													
		卓球	中2階卓球場	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	
		ジョギング		〇	〇	〇	〇					〇	〇	〇	〇	

日	曜			9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
14	月	バドミントン	第1体育室C面					〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	
			第3体育室													
		卓球	中2階卓球場					〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	
		ジョギング						〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	

日	曜			9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
15	火	バドミントン	第1体育室C面	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	
			第3体育室													
		卓球	中2階卓球場	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	
		ジョギング		〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	

日	曜			9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
16	水	バドミントン	第1体育室C面	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
			第3体育室													
		卓球	中2階卓球場	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
		ジョギング		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	

日	曜			9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
17	木	バドミントン	第1体育室C面	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
			第3体育室													
		卓球	中2階卓球場	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
		ジョギング		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	

日	曜			9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
18	金	バドミントン	第1体育室C面	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
			第3体育室													
		卓球	中2階卓球場	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
		ジョギング		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	

日	曜			9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
19	土	バドミントン	第1体育室C面										○	○	○	
			第3体育室													
		卓球	中2階卓球場										○	○	○	
		ジョギング											○	○	○	

日	曜			9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
20	日	バドミントン	第1体育室C面					○	○	○	○	○	○	○	○	
			第3体育室													
		卓球	中2階卓球場	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
		ジョギング		○	○	○	○						○	○	○	

日	曜			9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
21	月	バドミントン	第1体育室C面					休館日								
			第3体育室													
		卓球	中2階卓球場													
		ジョギング														

日	曜			9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
22	火	バドミントン	第1体育室C面					休館日								
			第3体育室													
		卓球	中2階卓球場													
		ジョギング														

日	曜			9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
23	水	バドミントン	第1体育室C面	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
			第3体育室													
		卓球	中2階卓球場	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
		ジョギング		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	

日	曜			9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
24	木	バドミントン	第1体育室C面	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
			第3体育室													
		卓球	中2階卓球場	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
		ジョギング		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	

日	曜			9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
25	金	バドミントン	第1体育室C面	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
			第3体育室													
		卓球	中2階卓球場	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
		ジョギング		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	

日	曜			9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
26	土	バドミントン	第1体育室C面													
			第3体育室	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
		卓球	中2階卓球場													
		ジョギング														

日	曜			9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
27	日	バドミントン	第1体育室C面												○	○
			第3体育室													
		卓球	中2階卓球場													
		ジョギング													○	○

日	曜			9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
28	月	バドミントン	第1体育室C面									○	○	○	○	
			第3体育室													
		卓球	中2階卓球場	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
		ジョギング										○	○	○	○	

日	曜			9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
29	火	バドミントン	第1体育室C面	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
			第3体育室													
		卓球	中2階卓球場	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	
		ジョギング		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	

日	曜			9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
30	水	バドミントン	第1体育室C面	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
			第3体育室													
		卓球	中2階卓球場	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
		ジョギング		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	

日	曜			9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
31	木	バドミントン	第1体育室C面	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
			第3体育室													
		卓球	中2階卓球場	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
		ジョギング		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	