2024　年 11 月 1 日 ～　2024　年 11 月 30 日まで　　10月29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	金	バドミントン	第1体育室C面	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				
		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
2	土	バドミントン	第1体育室C面												〇	〇
			第3体育室	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇			
		卓球	中2階卓球場													
		ジョギング													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	日	バドミントン	第1体育室C面												〇	〇
			第3体育室	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇			
		卓球	中2階卓球場													
		ジョギング													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	月	バドミントン	第1体育室C面								〇	〇	〇	〇	〇	
			第3体育室	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇						
		卓球	中2階卓球場	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇
		ジョギング									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	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	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	〇
		ジョギング		〇	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
6	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	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	〇
		ジョギング		〇	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
7	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	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	〇
		ジョギング		〇	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
8	金	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	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	〇
		ジョギング		〇	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	土	バドミントン	第1体育室C面													
			第3体育室	〇	〇	〇	〇	〇	〇	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														

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	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	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	〇
		ジョギング		〇	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	月	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	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	〇
		ジョギング		〇	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
12	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	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	〇
		ジョギング		〇	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
13	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	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	〇
		ジョギング		〇	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
14	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	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	〇
		ジョギング		〇	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
15	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
16	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
17	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
18	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														

休館日

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	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
20	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
21	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
22	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
23	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
24	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
25	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
26	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
27	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
28	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
29	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
30	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
		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		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	