2025　年　9　月　1　日　～　2025　年　9　月　30　日まで　　8月16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	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
2	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
3	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
4	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
5	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	
			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
6	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	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	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	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	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	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	
			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	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
10	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
11	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
12	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	
			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
13	土	バドミントン	第1体育室C面	〇	〇	〇						〇	〇	〇		
			第3体育室				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		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	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	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
15	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	
			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	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
17	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
18	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
19	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
20	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
21	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
22	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
23	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
24	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
25	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
26	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
27	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
28	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
29	月	バドミントン	第1体育室C面													
			第3体育室					休館日								
		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	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
		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		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	