2026　年　8　月　1　日　～　2026　年　8　月　31　日まで　　7月13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	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
2	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
3	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
4	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
5	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
6	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
7	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
8	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
9	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
10	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
11	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
12	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
13	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
14	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
15	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
16	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
17	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
18	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
19	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
20	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
21	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
22	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
23	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
24	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
25	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
26	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
27	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
28	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
29	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
30	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
31	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														