

		午前 9:00~12:00		午後 13:00~17:00		夜間 18:00~21:00	
1	月	団体貸出		団体貸出		団体貸出	
		団体貸出		団体貸出		団体貸出	
2	火	ソフト エアロビクス 9:30~10:30		個人公開 卓球 (4歳児以上) 13:30~15:30	個人公開 卓球 (4歳児以上) 15:30~17:30	個人公開 卓球 (高校生以上) ※中学生は保護者 (高校生不可)と同伴利用のみ可 18:00~21:30	
3	水	団体貸出		個人公開バレーボール ※女性限定9人制 (A面:60歳以上) (B面:20歳以上) 13:30~15:30	個人公開バレーボール (小・中学生) 15:30~17:30	個人公開 バレーボール (15歳以上・中学生除く) 18:00~21:30	
		団体貸出					
4	木	健康 エアロビクス 9:30~10:30	ウォークエアロ エクササイズ 11:00~12:00	個人公開 親子・小中学生体操 13:30~17:30		個人公開 器械体操 (15歳以上) ※中学生は保護者同伴で自己責任 18:00~21:30	
				①0~3歳 13:30~15:30 ※指導無し 時間内はフ ②満4歳~年長15:30~16:30 ※指導有り ③小中学生16:00~17:30 ※指導有り ※②③は、指導有り時間以外はフリー時間で利用可			
5	金	団体貸出		個人公開 バドミントン (中学生以上) 13:30~15:30	個人公開・バドミントン (小学2年生以上) ※親子プレー不可 ※小学生優先コート基本2面 15:30~17:30	個人公開 バドミントン (15歳以上) ※中学生は保護者同伴1名につき1人のみ可 18:00~21:30	
		団体貸出					
6	土	A	東京都知事選挙のため休館				
		B					
7	日	A	東京都知事選挙のため休館				
		B					

			午前 9:00~12:00	午後 13:00~17:00	夜間 18:00~21:00		
8	月	A	東京都知事選挙のため休館			団体貸出	
		B				団体貸出	
9	火	A	ソフト エアロビクス 9:30~10:30	個人公開 卓球 (4歳児以上) 13:30~15:30	個人公開 卓球 (4歳児以上) 15:30~17:30	個人公開 卓球 (高校生以上) ※中学生は保護者 (高校生不可)と同伴利用のみ可 18:00~21:30	
		B					
10	水	A	団体貸出	個人公開バレーボール ※女性限定9人制 (A面:50歳以上) (B面:20歳以上) 13:30~15:30	個人公開バレーボール (小・中学生) 15:30~17:30	個人公開 バレーボール (15歳以上・中学生除く) 18:00~21:30	
		B	団体貸出				
11	木	A	健康 エアロビクス 9:30~10:30	ウォークエアロ エクササイズ 11:00~12:00	個人公開 親子・小中学生体操 13:30~17:30		個人公開 器械体操 (15歳以上) ※中学生は保護者同伴で自己責任 18:00~21:30
		B			①0~3歳 13:30~15:30 ※指導無し 時間内はフ ②満4歳~年長15:30~16:30 ※指導有り ③小中学生16:00~17:30 ※指導有り ※②③は、指導有り時間以外はフリー時間で利用可		
12	金	A	団体貸出		個人公開 バドミントン (中学生以上) 13:30~15:30	個人公開・バドミントン (小学2年生以上) ※親子プレー不可 ※小学生優先コート基本2面 15:30~17:30	個人公開 バドミントン (15歳以上) ※中学生は保護者同伴1名につき1人のみ可 18:00~21:30
		B	団体貸出				
13	土	A	団体貸出		個人公開バスケットボール (A面:小学3~6年) (B面:4歳児~小学2年) ※未就学児は保護者同伴 13:30~15:30	個人公開 バスケットボール (A面:シニア) (B面:車椅子) 15:30~17:30	個人公開 バスケットボール (15歳以上・中学生除く) 18:00~21:30
		B	団体貸出				
14	日	A	(バスケットボール) 会長杯争奪戦 9:00~21:00				
		B					

			午前 9:00~12:00	午後 13:00~17:00	夜間 18:00~21:00		
15	月	A	(バスケットボール) 会長杯争奪戦 9:00~21:00				
		B					
16	火	A	ソフト エアロビクス 9:30~10:30	個人公開 卓球 (4歳児以上) 13:30~15:30	個人公開 卓球 (4歳児以上) 15:30~17:30	個人公開 卓球 (高校生以上) ※中学生は保護者 (高校生不可)と同伴利用のみ可 18:00~21:30	
		B					
17	水	A	(バレーボール)スパー寿(自主) 13:00~17:00		個人公開バレーボール ※女性限定9人制 (A面:60歳以上) (B面:20歳以上) 13:30~15:30	個人公開バレーボール (小・中学生) 15:30~17:30	個人公開 バレーボール (15歳以上・中学生除く) 18:00~21:30
		B	団体貸出				
18	木	A	健康 エアロビクス 9:30~10:30	ウォークエアロ エクササイズ 11:00~12:00	個人公開 親子・小中学生体操 13:30~17:30		個人公開 器械体操 (15歳以上) ※中学生は保護者同伴で自己責任 18:00~21:30
		B			①0~3歳 13:30~15:30 ※指導無し 時間内はフ ②満4歳~年長15:30~16:30 ※指導有り ③小中学生16:00~17:30 ※指導有り ※②③は、指導有り時間以外はフリー時間で利用可		
19	金	A	団体貸出		個人公開 バドミントン (中学生以上) 13:30~15:30	個人公開・バドミントン (小学2年生以上) ※親子プレー不可 ※小学生優先コート基本2面 15:30~17:30	個人公開 バドミントン (15歳以上) ※中学生は保護者同伴1名につき1人のみ可 18:00~21:30
		B	団体貸出				
20	土	A	団体貸出		個人公開バスケボール (A面:小学3~6年) (B面:4歳児~小学2年) ※未就学児は保護者同伴 13:30~15:30	個人公開 バスケボール (A面:中学生) (B面:シニア) 15:30~17:30	個人公開 バスケットボール (15歳以上・中学生除く) 18:00~21:30
		B	団体貸出				
21	日	A	(バスケットボール) 会長杯争奪戦 9:00~21:00				
		B					

			午前 9:00~12:00	午後 13:00~17:00	夜間 18:00~21:00		
22	月	A	子どもの居場所・遊び場づくり事業 子どものあそび広場		団体貸出	団体貸出	
		B			団体貸出	団体貸出	
23	火	A	ソフト エアロビクス 9:30~10:30	個人公開 卓球 (4歳児以上) 13:30~15:30	個人公開 卓球 (4歳児以上) 15:30~17:30	個人公開 卓球 (高校生以上) ※中学生は保護者 (高校生不可)と同伴利用のみ可 18:00~21:30	
		B					
24	水	A	子どもの居場所・遊び場づくり事業 子どものあそび広場		個人公開バレーボール ※女性限定9人制 (A面:50歳以上) (B面:20歳以上) 13:30~15:30	個人公開バレーボール (小・中学生) 15:30~17:30	個人公開 バレーボール (15歳以上・中学生除く) 18:00~21:30
		B					
25	木	A	健康 エアロビクス 9:30~10:30	ウォークエアロ エクササイズ 11:00~12:00	個人公開 親子・小中学生体操 13:30~17:30		個人公開 器械体操 (15歳以上) ※中学生は保護者同伴で自己責任 18:00~21:30
		B			①0~3歳 13:30~15:30 ※指導無し 時間内はフ ②満4歳~年長15:30~16:30 ※指導有り ③小中学生16:00~17:30 ※指導有り ※②③は、指導有り時間以外はフリー時間で利用可		
26	金	A	バドミントン子供教室(自主) 9:00~12:00		個人公開 バドミントン (中学生以上) 13:30~15:30	個人公開・バドミントン (小学2年生以上) ※親子プレー不可 ※小学生優先コート基本2面 15:30~17:30	個人公開 バドミントン (15歳以上) ※中学生は保護者同伴1名につき1人のみ可 18:00~21:30
		B	団体貸出				
27	土	A	団体貸出		個人公開バスケットボール (A面:小学3~6年) (B面:4歳児~小学2年) ※未就学児は保護者同伴 13:30~15:30	個人公開 バスケットボール (A面:シニア) (B面:車椅子) 15:30~17:30	個人公開 バスケットボール (15歳以上・中学生除く) 18:00~21:30
		B					
28	日	A	(バスケットボール) 会長杯争奪戦 9:00~21:00				
		B					

令和6年度 7月

			午前 9:00~12:00	午後 13:00~17:00	夜間 18:00~21:00	
29	月	A	アーバンスポーツ体験会			団体貸出
		B				団体貸出
30	火	A	ソフト エアロビクス 9:30~10:30	個人公開 卓球 (4歳児以上) 13:30~15:30	個人公開 卓球 (4歳児以上) 15:30~17:30	個人公開 卓球 (高校生以上) ※中学生は保護者 (高校生不可)と同伴利用のみ可 18:00~21:30
		B				
31	水	A	パドミントン子供教室(自主) 9:00~12:00	個人公開バレーボール ※女性限定9人制 (A面:60歳以上) (B面:20歳以上) 13:30~15:30	個人公開バレーボール (小・中学生) 15:30~17:30	個人公開 バレーボール (15歳以上・中学生除く) 18:00~21:30
		B	団体貸出			
		A				
		B				
		A				
		B				
		A				
		B				

			午前 9:00~12:00	午後 13:00~17:00	夜間 18:00~21:00
	A				
	B				

令和6年度 7月