

八王子市甲の原体育館 令和7年10月一般開放・大会予定表 TEL 627-3300

		第1体育室	第2体育室	会議室	プール	お知らせ	
1	水	10:00~10:50 健康体操 11:00~11:50 ビギナーエアロ 15:00~21:30 バドミントン開放	9:00~21:30 卓球開放	9:00~17:30 ラウンドフィットネス	10:00~11:50 泳法指導 14:00~14:45 水中エクササイズ		
2	木	13:15~14:10 エンジョイエアロ 14:15~14:45 ストレッチ 18:00~21:30 バスケットボール開放	9:00~21:30 卓球開放	※	9:00~18:00 シルバータイム	市内在住60歳以上の方がプール2時間無料 (身分証明書が必要です)	
3	金	13:30~14:45 はじめてヨガ	※	9:00~17:30 ラウンドフィットネス	11:00~11:45 アクアビクス		
4	土	登録審査員剣道研究会 八王子市剣道愛友会	9:45~10:45 はじめてズンバ 11:00~21:30 卓球開放	登録審査員剣道研究会 八王子市剣道愛友会	17:00~18:50 泳法指導	中学生以下のお子様を対象で プール2時間無料、卓球1コマ無料です	
5	日	クロスミントン八王子カップ 日本クロスミントン協会	9:00~21:30 卓球開放	クロスミントン八王子カップ 日本クロスミントン協会			
6	月	休館日					
7	火	13:30~14:45 リフレッシュヨガ	9:00~21:30 卓球開放	※	プール利用中止		
8	水	10:00~10:50 健康体操 11:00~11:50 ビギナーエアロ 15:00~21:30 バドミントン開放	9:00~21:30 卓球開放	9:00~17:30 ラウンドフィットネス			
9	木	13:15~14:10 エンジョイエアロ 14:15~14:45 ストレッチ 18:00~21:30 バスケットボール開放	9:00~21:30 卓球開放	※			
10	金	13:30~14:45 はじめてヨガ	※	9:00~17:30 ラウンドフィットネス			
11	土	庁内対抗バドミントン大会	9:45~10:45 はじめてズンバ 11:00~21:30 卓球開放	※			17:00~18:50 泳法指導
12	日	スポーツ大会(一般男子) 八王子市バレーボール連盟	9:00~21:30 卓球開放	スポーツ大会(一般男子) 八王子市バレーボール連盟			
13	月	※	9:00~21:30 卓球開放	※			
14	火	13:30~14:45 リフレッシュヨガ	9:00~21:30 卓球開放	※	11:00~11:45 アクアビクス		
15	水	10:00~10:50 健康体操 11:00~11:50 ビギナーエアロ 15:00~21:30 バドミントン開放	9:00~21:30 卓球開放	9:00~17:30 ラウンドフィットネス	10:00~11:50 泳法指導 14:00~14:45 水中エクササイズ		
16	木	13:15~14:10 エンジョイエアロ 14:15~14:45 ストレッチ 18:00~21:30 バスケットボール開放	9:00~21:30 卓球開放	※	9:00~18:00 シルバータイム	市内在住60歳以上の方がプール2時間無料 (身分証明書が必要です)	
17	金	13:30~14:45 はじめてヨガ	※	9:00~17:30 ラウンドフィットネス	11:00~11:45 アクアビクス		
18	土	※	9:45~10:45 はじめてズンバ 11:00~21:30 卓球開放	※	17:00~18:50 泳法指導	中学生以下のお子様を対象で プール2時間無料、卓球1コマ無料です	
19	日	スポーツ大会(一般女子) 八王子市バレーボール連盟	9:00~21:30 卓球開放	スポーツ大会(一般女子) 八王子市バレーボール連盟			
20	月	※	9:00~21:30 卓球開放	9:00~17:30 ラウンドフィットネス			
21	火	13:30~14:45 リフレッシュヨガ	9:00~21:30 卓球開放	※	11:00~11:45 アクアビクス		
22	水	10:00~10:50 健康体操 11:00~11:50 ビギナーエアロ 15:00~21:30 バドミントン開放	9:00~21:30 卓球開放	9:00~17:30 ラウンドフィットネス	10:00~11:50 泳法指導 14:00~14:45 水中エクササイズ		
23	木	13:15~14:10 エンジョイエアロ 14:15~14:45 ストレッチ 18:00~21:30 バスケットボール開放	9:00~21:30 卓球開放	※	9:00~18:00 シルバータイム	市内在住60歳以上の方がプール2時間無料 (身分証明書が必要です)	
24	金	13:30~14:45 はじめてヨガ	※	9:00~17:30 ラウンドフィットネス	11:00~11:45 アクアビクス		
25	土	おおるりカップ ピクセルボールダブルス大会(1日目) 八王子ピクセルボール協会	9:45~10:45 はじめてズンバ 11:00~21:30 卓球開放	※	17:00~18:50 泳法指導	中学生以下のお子様を対象で プール2時間無料、卓球1コマ無料です	
26	日	八王子市立小学校 ふれあいバレーボール大会	9:00~21:30 卓球開放	※			
27	月	※	9:00~21:30 卓球開放	9:00~17:30 ラウンドフィットネス			
28	火	13:30~14:45 リフレッシュヨガ	9:00~21:30 卓球開放	※	11:00~11:45 アクアビクス		
29	水	10:00~10:50 健康体操 11:00~11:50 ビギナーエアロ 15:00~21:30 バドミントン開放	9:00~21:30 卓球開放	9:00~17:30 ラウンドフィットネス	10:00~11:50 泳法指導 14:00~14:45 水中エクササイズ		
30	木	13:15~14:10 エンジョイエアロ 14:15~14:45 ストレッチ 18:00~21:30 バスケットボール開放	9:00~21:30 卓球開放	※	9:00~18:00 シルバータイム	市内在住60歳以上の方がプール2時間無料 (身分証明書が必要です)	
31	金	13:30~14:45 はじめてヨガ	※	9:00~17:30 ラウンドフィットネス	11:00~11:45 アクアビクス		

※印は、クラブ・団体等への貸し出しです。(予定は変更になる場合があります。)

体育館の利用は、体育館履きと外靴を入れる靴袋が必要です。

1. 利用開始時間は9:00、最終退場は21:30です。(プール最終入場は20:50、退水時間は21:20)
2. 卓球は9:00から2時間単位の総入れ替え制です。(最終枠は19:00から21:30) 尚、土曜日の9:00から11:00と金曜日全日は、利用できません。ただし、金曜日・土曜日が祝日の場合は、全日使用できます。
3. プールは、水泳教室や貸切などのある場合にはコースが減少しますが、毎日個人利用は出来ます。詳しくは館内掲示のプールコース予定表をご覧ください。
4. 一般開放は、体育室やプールの利用料金のみで、トレーナー又は指導員の指導を受けることができます。お気軽にご参加ください。

