

八王子市甲の原体育館

令和7年5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	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asket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)
2	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	
3	土	東日本薬学生卓球大会 東京薬科大卓球部	9:00～21:30 卓球開放	※		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
4	日	公認審判員資格取得検定会 八王子市バドミントン連盟	9:00～21:30 卓球開放	八王子市バドミントン連盟		
5	月	※	9:00～21:30 卓球開放	※		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
6	火	※	9:00～21:30 卓球開放	※		
7	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	
8	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asket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)
9	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	
10	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
11	日	ブレイブカップ UCV	9:00～21:30 卓球開放	※		
12	月	※	9:00～21:30 卓球開放	9:00～17:30 ラウンドフィットネス		
13	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	
14	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	
15	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asket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)
16	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	
17	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
18	日	※	9:00～21:30 卓球開放	※		
19	月	※	9:00～21:30 卓球開放	9:00～17:30 ラウンドフィットネス		
20	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	
21	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	
22	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asket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)
23	金	「日米交流」ピックルボール大会 八王子市ピックルボール協会	※	9:00～17:30 ラウンドフィットネス	11:00～11:45 アクアビクス	
24	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
25	日	※	9:00～21:30 卓球開放	※		
26	月	※	9:00～21:30 卓球開放	9:00～17:30 ラウンドフィットネス		
27	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	
28	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	
29	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asket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)
30	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	
31	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

※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。

