

施設	利用区分	時間帯	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30											
			火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水											
競技場	午前	9:00～12:00	卓バ 球ド	団	ババ ドレ	団	総合	総合	卓バ 球ド	大会	団	ババ ドレ	団	総合	大会	休 館	卓バ 球ド	団	ババ ドレ	団	総合	卓バ 球ド	バド・卓球	バド・卓球	バド・卓球	バド・卓球	ババ ドレ	団	総合	大会	卓バ 球ド	卓バ 球ド	団										
	午後①	12:30～15:30	自主 バ 球ド		総合		バド・卓球	バスケ	バスケ	バスケ		バスケ		バスケ	バスケ		バスケ		バスケ		バスケ	バスケ	バスケ	バスケ	バスケ	バスケ	バスケ		バスケ	バスケ	バスケ	バスケ		バスケ	バスケ	バスケ	バスケ	バスケ	バスケ	バスケ	バスケ		
	午後②	16:00～18:00			バスケ		バスケ	バスケ	バスケ	バスケ		バスケ		バスケ	バスケ		バスケ		バスケ		バスケ	バスケ	バスケ	バスケ	バスケ	バスケ	バスケ		バスケ	バスケ	バスケ	バスケ		バスケ	バスケ	バスケ	バスケ	バスケ	バスケ	バスケ	バスケ		
	夜間	18:30～21:30			バスケ		バスケ	バスケ	バスケ	バスケ		バスケ		バスケ	バスケ		バスケ		バスケ		バスケ	バスケ	バスケ	バスケ	バスケ	バスケ	バスケ		バスケ	バスケ	バスケ	バスケ		バスケ	バスケ	バスケ	バスケ	バスケ	バスケ	バスケ	バスケ	バスケ	
第一武道場	午前	9:00～12:00	柔 道 等	体 利	柔道	体 利	柔道	柔道	柔道	柔道	体 利	柔道	体 利	柔道	柔道	館	柔道	体 利	柔道	体 利	柔道	柔道	柔道	柔道	柔道	柔道	体 利	柔道	大会	柔道	柔道	体 利											
	午後①	12:30～15:30			柔道		柔道	柔道	柔道	柔道		柔道		柔道	柔道		柔道		柔道		柔道	柔道	柔道	柔道	柔道	柔道		柔道	柔道	柔道	柔道		柔道	柔道	柔道	柔道	柔道	柔道	柔道	柔道	柔道		
	午後②	16:00～18:00			柔道		柔道	柔道	柔道	柔道		柔道		柔道	柔道		柔道		柔道		柔道	柔道	柔道	柔道	柔道	柔道		柔道	柔道	柔道	柔道		柔道	柔道	柔道	柔道	柔道	柔道	柔道	柔道	柔道	柔道	
	夜間	18:30～21:30			柔道		柔道	柔道	柔道	柔道		柔道		柔道	柔道		柔道		柔道		柔道	柔道	柔道	柔道	柔道	柔道		柔道	柔道	柔道	柔道		柔道	柔道	柔道	柔道	柔道	柔道	柔道	柔道	柔道	柔道	
第二武道場	午前	9:00～12:00	自主 剣 道等	用 球	卓球	用	総合	剣道	総合	自主	用	卓球	用	剣道	剣道	日	自主	用	卓球	用	総合	剣道	剣道	剣道	剣道	卓球	用	剣道	大会	総合	自主	剣道	用										
	午後①	12:30～15:30			剣道		剣道	剣道	剣道	剣道		剣道		剣道	剣道		剣道		剣道		剣道	剣道	剣道	剣道	剣道	剣道		剣道	剣道	剣道	剣道	剣道		剣道	剣道	剣道	剣道	剣道	剣道	剣道	剣道	剣道	
	午後②	16:00～18:00			剣道		剣道	剣道	剣道	剣道		剣道		剣道	剣道		剣道		剣道		剣道	剣道	剣道	剣道	剣道	剣道		剣道	剣道	剣道	剣道	剣道		剣道	剣道	剣道	剣道	剣道	剣道	剣道	剣道	剣道	剣道
	夜間	18:30～21:30			剣道		剣道	剣道	剣道	剣道		剣道		剣道	剣道		剣道		剣道		剣道	剣道	剣道	剣道	剣道	剣道		剣道	剣道	剣道	剣道	剣道		剣道	剣道	剣道	剣道	剣道	剣道	剣道	剣道	剣道	剣道

- ☆ 競技場をご利用の際は、必ず室内用運動靴をご用意ください。
- ☆ 一人でも多くの方に楽しんでいただくため、バドミントン・卓球は、時間帯を問わず1回の申し込みにつき、1時間以内でのご利用となります。（バドミントン・卓球の個人利用時には、利用時間帯の区分はありません。）
- ☆ 午後6時以降は小学生以下のお子様だけでは利用できません。18歳以上の付き添いが必要です。
- ☆ 有料駐車場は台数に限りがありますので、お待ちいただくことがあります。

施設名	日 時	時 間	内 容	
競技場（半面）	1.15.29(各火)	16:00～18:00	トランボリン教室	東京ドームグループ・
第二武道場	7.21.28(各月)	12:30～15:30	スタジオプログラム	大泉スロ-共同事業体・自主事業
	1.8.15.22.29(各火)	9:00～12:00	スタジオプログラム	体育館に直接お問い合わせ下さい
競技場（半面）	6(日)	9:00～12:00	親子de体操	A面のみ一般開放
競技場（全面）	8(火)	9:00～18:00	親睦大会女連(練馬区バレーボール連盟)	一般開放はありません
	13(日)	9:00～15:30	イベント	
競技場(全面)・第一・第二武道場	27(日)	9:00～18:00	日本剣道形・基本技稽古法講習会(練馬区剣道連盟)	

★トレーニング室の利用について★

トレーニング室は会員制です。
ご利用ができる方は、15歳以上（中学生を除く）の
区内在住・在勤・在学の方です。
初めてのご利用の際には、トレーニング室の
オリエンテーションを受けていただきます。
※開始時間・・・9:30、11:00、14:00、16:00、19:30
下記の物をご持参ください。
・住所の確認できるもの
（運転免許証、マイナンバーカード等）
・運動着、室内用運動靴
※トレーニング室利用の際は利用料が必要です。
（75歳以上の方は無料です。）

会員募集中！

自主・・・東京ドームグループ・大泉スロ-共同事業
体で行う教室です。詳細については体育館に直
接お問い合わせ下さい。

バド.....バドミントン
バレ.....バレーボール
バスケ...バスケットボール
総合...総合型地域スポーツクラブ 平和台 主催
ニュースポーツ等
電話03-5921-7800