

中村南スポーツ交流センター 12月予定表 (多目的アリーナ・武道場) 開館時間 9:00~21:30

TEL 03-3970-9651  
FAX 03-3970-9653

		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	31	
		月	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	
多目的アリーナ	午前	9:00~12:00	卓球	バドミントン	SSC																												
	午後①	12:30~15:30	バドミントン	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	
	午後②	16:00~18:00	バスケット	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	
	夜間	18:30~21:30	バスケット	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	
21:30 完全退館																																	
武道場	午前	9:00~12:00	自主事業	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	
	午後①	12:30~15:30	自主事業	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	
	午後②	16:00~18:00	自主事業	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC
	夜間	18:30~21:30	自主事業	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC	SSC
21:30 完全退館																																	

休館日  
休館日  
休館日

- ★ 6・13・20 (土) 夜間枠の個人利用は、20:30までとなります。
- ※白ぬき以外の時間帯での個人利用はできません。
- ※卓球・バドミントン個人利用時には、利用時間帯の区分はありません。
- ※団体利用は利用日の7日前までに予約が無い場合、個人利用となります。
- ※自主事業については直接お問い合わせください。
- (東京ドームグループで行うレッスン・教室です。)

- 施設利用上のお願い
- 多目的アリーナ、トレーニング室をご利用の際は室内シューズをご用意ください。
  - 地下及び2階は土足厳禁です。
  - 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歳以上の保護者の付き添いが必要です。
  - 毎月第二月曜は休館日となります。(祝・祭日にあたる場合は翌日になります。)

予定は変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。

※SSC事業については03-5848-9151までお問い合わせください。  
(火~金14:00~16:00、水・金19:00~21:00、土10:00~12:00)

多目的アリーナ			
ジュニアスポーツ	月曜 午後②	卓球	金曜 午後①
9人制バレーボール	水曜 午前	楽しく遊ぼう	金曜 午後②
小学生テニス	水曜 午後②	親子ミニバスケットボール	金曜夜間 第1・3週
多目的アリーナ		誰でも運動が好きになる	
Jrバレー	土曜午前 第1・3・4週	武道場	金曜夜間 第2・4週
ラケットテニス	土曜午前 第2週	エアロ・ストレッチ	水曜 午前
空手	土曜 午前	チアリーディング	土曜 午前
6人制バレーボール	土曜 夜間	空手	水曜 夜間

東京ドームグループ自主事業 プログラムレッスン詳細はこちら

スタジオ	フラダンス	ヒップホップ教室	池田体操教室

HPはこちら



LINE登録はこちら

