

中村南スポーツ交流センター 1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																
		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	木	金	土																
多目的アリーナ	午前	9:00 ～ 12:00	休館日	休館日	休館日	卓球 バド	団体利用	SSC	団体利用	バドミントン	SSC	区民交流事業	卓球 バド	休館日	SSC	団体利用	バドミントン	SSC	練馬区バスケットボール連盟 リーグ戦（後期）	卓球 バド	団体利用	SSC	団体利用	バドミントン	SSC	ブラッツ杯バレーボール大会	卓球 バド	団体利用	SSC	団体利用	SSC	バドミントン	SSC															
	午後①	12:30 ～ 15:30						バドミントン		SSC	池田体操教室				池田バレー		★卓球	SSC		SSC		池田体操教室		池田バレー	★卓球		SSC		SSC		池田体操教室		池田バレー	★卓球	SSC	SSC	池田体操教室	池田バレー	★卓球	SSC	SSC	池田体操教室	池田バレー	★卓球	SSC	SSC		
	午後②	16:00 ～ 18:00						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	
	夜間	18:30 ～ 21:30						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
	21：30 完全退館																																															
武道場	午前	9:00 ～ 12:00	休館日	休館日	休館日	武道等 自主事業	団体利用	SSC	団体利用	自主事業	武道等	武道等	自主事業	休館日	SSC	団体利用	自主事業	SSC	武道等	自主事業	団体利用	SSC	団体利用	自主事業	SSC	武道等	自主事業	団体利用	SSC	団体利用	自主事業	SSC																
	午後①	12:30 ～ 15:30						武道等		武道等	自主事業	武道等			武道等		自主事業	SSC	武道等			武道等		自主事業	SSC	武道等			武道等		自主事業	SSC	武道等	武道等	自主事業	SSC	武道等	武道等	自主事業	SSC	武道等	武道等	自主事業	SSC				
	午後②	16:00 ～ 18:00						武道等		武道等	武道等	武道等			武道等		武道等	武道等	武道等			武道等		武道等	武道等	武道等			武道等		武道等	武道等	武道等	武道等	武道等	武道等	武道等	武道等	武道等	武道等	武道等	武道等	武道等	武道等	武道等	武道等		
	夜間	18:30 ～ 21:30						武道等		武道等	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																																															

- ★ 10・17・24・31 (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。
 ※月曜日午後②のバスケは小学生のみ利用が可能です。(保護者の利用も可能です。)
 水曜日夜間のバスケは中学生以上のみ利用が可能です。
 ※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	金曜夜間 第2・4週
Jrバレー	土曜午前 第1・3・4週	武道場	
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