

中村南スポーツ交流センター 2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 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|------------|---------------------|---------------------|------------------------|------|--------|-----|-----|-----|-----|------------------------|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-------|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-------|-----|-----|
| | | 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 | 練馬区バスケット連盟 リーグ戦（後期） | 卓球 | バドミントン | SSC | SSC | SSC | SSC | 練馬区バスケット連盟 リーグ戦（後期） | 団体利用 | 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 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 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 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 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 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 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 | | | |
| | 夜間 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | バスケット | SSC | SSC |
| 21：30 完全退館 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 武道場 | 午前 | 9:00 ~ 12:00 | 自主事業 | 団体利用 | SSC | SSC | SSC | SSC | SSC | 自主事業 | 団体利用 | 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 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 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 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 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 |
| | 夜間 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 21：30 完全退館 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

★ 7・14・21・28 (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・バト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のバスケット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ット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。

●毎月第二月曜日は**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 | 金曜夜間 第2・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 |
|---|---|---|---|
|  |  |  |  |

HPはこちら



LINE登録はこちら

