# 中村南スポーツ交流センター　3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 日 | 2 月 | 3 火 | 4 水 | 5 木 | 6 金 | 7 土 | 8 日 | 9 月 | 10 火 | 11 水 | 12 木 | 13 金 | 14 土 | 15 日 | 16 月 | 17 火 | 18 水 | 19 木 | 20 金 | 21 土 | 22 日 | 23 月 | 24 火 | 25 水 | 26 木 | 27 金 | 28 土 | 29 日 | 30 月 | 31 火 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 多目的アリーナ | 午前 9:00～12:00 | 新日本スポーツ連盟 バドミントン教室 | 卓球 | 団体利用 | SSC | 団体利用 | バドミントン | SSC | SSC豊玉・中村 卓球大会 | 休館日 | 団体利用 | SSC | 団体利用 | バドミントン | SSC | ねりまラケットテニス協会 | 卓球 | 団体利用 | SSC | 団体利用 | バドミントン | SSC | 成果発表会 | 卓球 | 団体利用 | SSC | 団体利用 | バドミントン | SSC | 卓球 | 卓球 | 団体利用 |
| 午後① 12:30～15:30 | | | バド | | バドミントン | | 池田体操教室 | 池田 | | | | バドミントン | | | 池田 | | バド | | バドミントン | | 池田体操教室 | 池田 | | バド | | バドミントン | | 池田 | バドミントン | バド | |
| 午後② 16:00～18:00 | | | バスケット | | SSC | | SSC | ★卓球 | | | | SSC | | SSC | ★卓球 | | SSC | | SSC | | SSC | ★卓球 | | SSC | | SSC | | SSC | バレー | | バスケット | |
| 夜間 18:30～21:30 | | 卓球 | SSC | | バスケット | | SSC | SSC | 卓球 | | | バスケット | | SSC | SSC | 卓球 | バスケット | | バスケット | | SSC | ★バド | 卓球 | バスケット | | バスケット | | SSC | SSC | | バスケット | |
| 21：30 完全退館 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 武道場 | 午前 9:00～12:00 | 武道等 | 自主事業 | 団体利用 | SSC | 団体利用 | 自主事業 | SSC | 武道等 | 休館日 | 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 | 成果発表会 | 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 |
| 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 | 武道等 | | | 武道等 | | | 自主事業 | | | | 武道等 | | | 自主事業 | 武道等 | | |
| 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 | | | |
| 夜間 18:30～21:30 | | 武道等 | 武道等 | | SSC | | 武道等 | 武道等 | 武道等 | | | SSC | | 武道等 | 武道等 | 武道等 | | | SSC | | 武道等 | 武道等 | | 武道等 | | SSC | | 武道等 | 武道等 | | 武道等 | |
| 21：30 完全退館 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

★　7・14・21（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方が利用可能です。
※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。）

※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）

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。**

| 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 | フラッグフットボール | 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 |
| 多目的アリーナ | | 武道場 | |
| Jrバレー・Fスポーツ | 土曜　午前 | 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 | 水・土曜　夜間 | 空手 | 水曜　夜間 |

HPはこちら

LINE登録はこちら

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