

中村南スポーツ交流センター 10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	団体 利用	バド	SSC	区民スポーツ大会	卓球	バド	SSC	団体 利用	バド	SSC	バレーボール連盟杯	スポーツフェスティバル	休館日	休館日	休館日	バド	SSC	バレーボール連盟杯	卓球	バド	団体 利用	SSC	団体 利用	バド	SSC	バレーボール連盟杯	卓球	バド	団体 利用	SSC	バド	SSC																					
	午後① 12:30 ～ 15:30		SSC	池田 体操教室							池田						SSC	池田 体操教室		池田	SSC				池田 体操教室	池田		SSC	池田 体操教室			池田	SSC	池田 体操教室	池田	SSC	池田 体操教室	池田	SSC	池田 体操教室	池田	SSC	池田 体操教室	池田	SSC	池田 体操教室	池田	SSC	池田 体操教室	池田	SSC			
	午後② 16:00 ～ 18:00		SSC	★卓球							バレー						SSC	★卓球		バレー	SSC				★卓球	バレー		SSC	★卓球			バレー	SSC	★卓球	バレー	SSC	★卓球	バレー	SSC	★卓球	バレー	SSC	★卓球	バレー	SSC	★卓球	バレー	SSC	★卓球	バレー	SSC	★卓球	バレー	SSC
	18:30 ～ 21:30		SSC	SSC							SSC						バスケ	SSC		SSC	バスケ				SSC	SSC		バスケ	SSC			SSC	バスケ	SSC	SSC	バスケ	SSC	SSC	バスケ	SSC	SSC	バスケ	SSC	SSC	バスケ	SSC	SSC	バスケ	SSC	SSC	バスケ	SSC	SSC	バスケ
21：30 完全退館																																																						
武道場	午前 9:00 ～ 12:00	団体 利用	自主事業	SSC	武道等	自主事業	団体 利用	SSC	自主事業	自主事業	武道等	武道等	スポーツフェスティバル	休館日	休館日	休館日	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	自主事業	団体 利用	SSC	武道等	自主事業	SSC	武道等																				
	午後① 12:30 ～ 15:30		自主事業	武道等	自主事業			自主事業		武道等	自主事業	自主事業					武道等	自主事業	自主事業					武道等	自主事業	自主事業	武道等			自主事業	自主事業	武道等	自主事業	自主事業	武道等	自主事業	自主事業	武道等	自主事業	自主事業	武道等	自主事業	自主事業	武道等	自主事業	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	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				
	18:30 ～ 21:30		武道等	武道等	武道等			SSC		武道等	武道等	武道等					武道等	武道等	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				
21：30 完全退館																																																						

※★ 3・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。



HPはこちら



LINE登録はこちら

※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	水曜・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

