

暮らしの情報 の 続き

スポーツ

調和小プール



●9月の予定

休館日/12日(月)・26日(月) 午後4時から使用可/1日(木)・2日(金)・5日(月)～9日(金)

●人数制限あり。詳細は市HPで要確認

●9～12月のサービスプログラム

①水中運動教室

期 9月28日～12月7日の毎週水曜日(11月23日を除く) 時 午後6時～7時

②小学生初級水泳教室(全8回)

期 9月29日～11月24日の毎週木曜日(11月3日を除く) 時 午後4時～5時

③成人中級水泳教室④成人初級水泳教室⑤小学生中級水泳教室(全8回)

期 ③～⑤ 9月30日～12月2日の毎週金曜日(⑤は11月4日、12月2日を除く) 時 ③午前10時～11時④11時～正午⑤午後4時～5時30分

①～⑤共に

対 ①③④市内在住・在学・在勤の15歳以上(中学生を除く)②⑤市内在住・在学の小学生

定 ①③④各日当日先着24人②⑤24人(多数抽選)

費 1回①③④400円②⑤150円(施設使用料。当日持参)

申 ②⑤ 9月18日(日)までに直接調和小プール受付※抽選結果は9月19日(祝)と同プール受付に掲示

調和小プール受付 ☎485-5631 (スポーツ振興課)

体育協会 ☎481-6221 専用HPあり

〒182-0011 深大寺北町2-1-65 総合体育館内

●西調布体育館水曜卓球教室(全6回)

期 9月14日～10月19日の毎週水曜日 時 午前9時30分～11時30分 所 西調布体育館 対 市内在住・在勤・在学の15歳以上(中学生を除く) 定 20人(多数抽選)

費 3000円 申 往復はがきに教室名、住所、氏名、年齢、電話番号を明記し、9月4日(日)(必着)までに〒182-0016 佐須町5-19-5 内野ひとみ

調布体育協会

①フィジカルトレーニング(全13回)

時 午後0時15分～1時15分 定 25人(多数抽選)

②ビギナーズエアロ火曜日(全13回)

時 午後1時45分～2時45分 定 30人(多数抽選)

③エンジョイアアクア火曜日(全13回)

時 午後2時30分～3時30分 定 24人(多数抽選)

④筋コンディショニング(全13回)

時 午後3時～4時 定 8人(多数抽選)

①～④共に

期 10月4日～12月27日の毎週火曜日

持 ①②④運動のできる服装、室内用シューズ、ヨガマット(バスタオル可) ③水着、水泳帽子

⑤チェアエクササイズ(全12回)

時 午後0時15分～1時30分 定 30人(多数抽選)

⑥にこにこ体操(全12回)

時 午後1時45分～2時45分 定 30人(多数抽選)

⑦水中運動(全12回)

時 午後2時～3時 定 24人(多数抽選)

⑧ナイトヨガスクール(全12回)

時 1クラス:午後6時～7時 2クラス:7時20分～8時20分 定 各クラス8人(多数抽選)

⑤～⑧共に 期 10月5日～12月28日の毎週水曜日(11月23日(祝)を除く) 持 ⑤⑥⑧運動のできる服装、室内シューズ(⑤⑥のみ)、ヨガマット(バスタオル可。⑥⑧のみ)、ハンドタオル(⑧のみ) ⑦水着、水泳帽子

⑨転倒予防のための体操(全11回)

時 午後0時15分～1時30分 定 30人(多数抽選)

⑩ビギナーズエアロ木曜日(全11回)

時 午後1時45分～2時45分 定 30人(多数抽選)

⑨⑩共に 期 10月6日～12月22日の毎週木曜日(11月3日(祝)を除く) 持 運動のできる服装、室内用シューズ、ヨガマット(バスタオル可。⑩のみ)

⑪ヌードルトレーニング(全12回)

時 午前9時10分～9時55分 定 16人(多数抽選)

⑫ヘルシーウォーキング(全12回)

時 午後1時～2時10分 定 25人(多数抽選)

⑬エンジョイアアクア金曜日(全12回)

時 午後2時30分～3時30分 定 24人(多数抽選)

⑭ボールトレーニング(全12回)

時 午後3時～4時30分 定 30人(多数抽選)

①～⑭共に 期 10月7日～12月23日の毎週金曜日

持 ①③水着、水泳帽子②④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭運動のできる服装、室内用シューズ、ヨガマット(バスタオル可)、屋外用の運

動靴(⑫のみ)

①～⑭共に 所 総合体育館 対 市内在住・在勤・在学の15歳以上(中学生を除く) 費 ①～④5200円⑤～⑧⑩～⑭4800円⑨～⑫4400円(初回持参) 申 8月30日(火)

(必着)までに体育協会HPから申し込み、または、往復はがき(1枚1スクール)にスクール名(⑧は希望クラス)、住所、氏名(ふりがな)、(西暦で)生年月日、年齢、性別、電話番号を明記し、体育協会へ(連記不可) 抽選結果発表日/9月9日(金)

調布体育協会

総合体育館 ☎481-6221

【9月の休館日】

休館日/9月5日(月)

【9月の当日申込プログラム】

①バレーボールスクール

期 毎週火曜日(6日(火)を除く) 時 午前9時30分～11時45分 定 当日先着30人

持 運動着、室内用シューズ

②バドミントンスクール

期 毎週金曜日(2日(金)・23日(祝)を除く) 時 午前9時45分～11時45分 定 当日先着20人

持 運動着、室内用シューズ、ラケット(貸し出しあり)

③水中ウォーキング

期 毎週月・水・木曜日(5日(月)・19日(祝)を除く) 時 午前9時20分～9時50分 整理券配布/8時40分～

定 当日先着24人 持 水着、水泳帽子

④スイム練習会

期 9月12日(月)・26日(月) 時 午後7時～8時

受付/5時30分～ 定 当日先着24人

持 水着、水泳帽子、ゴーグル

⑤中上級スイミングスクール

期 毎週水曜日午後6時30分～8時 受付/6時15分～

定 当日先着24人 持 水着、水泳帽子、ゴーグル

⑥フィットボクシング

期 毎週金曜日(23日(祝)を除く) 時 午後7時～8時

整理券配布/5時30分～ 定 当日先着30人

持 運動着、室内用シューズ

①～⑥共に

費 ①②⑤⑥ 1回500円③④400円(③のみ減額対象)

調布体育協会

第40回 調布市民スポーツまつり 10月10日(祝)

時 午前9時～午後3時※雨天決行

～スポーツから生まれる豊かなところ～

味の素スタジアム(西町376-3)

所 (公社) 体育協会

(〒182-0011 深大寺北町2-1-65 総合体育館内)

特別協賛/味の素(株)・アフラック生命保険(株)

☎481-6221・📠481-6226・📧taikyo@chofucity-sports.or.jp



事前募集アトラクション

①調布チアまつり2022 in 味スタ

時 午前9時～正午 対 年少児以上で構成されたグループ※要ユニホーム 所 チアリーディンググループのコンテスト(準備含めて5分以内) 申 申し込み順12組(市内活動グループ、過去参加グループ優先) 他 同一グループから最大2チームまで申し込み可

②調布フラまつり2022 in 味スタ

時 午後2時～3時 対 市内で活動する年少児以上で構成されたグループ 所 フラダンスグループの発表会(準備含めて10分以内) 定 6組(多数抽選) 他 同一グループからの複数申し込み、時間の希望は不可

③A・B共に

所 人工芝内ステージエリア 費 1人500円

申 8月26日(金)午前9時から体育協会HPで申し込み

④FC東京サッカークリニック

時 小学4～6年生クラス:午前10時～11時30分 小学1～3年生クラス:午後0時45分～1時45分 幼児クラス(平成28年4月2日～30年4月1日生まれ):午後2時～3時

対 市内在住・在学(園)の幼児～小学6年生(初心者向け)

定 小学生クラス30人、幼児クラス20人(いずれも多数抽選)

⑤Giants Method シミズオクトベースボールアカデミー野球教室

時 幼児(年中・年長)クラス: ①午前10時～10時45分③午後1時～1時45分 小学1～2年生クラス: ②午前11時～11時45分④午後2時～2時45分

対 市内在住・在学(園)の年中～小学2年生(幼児クラスは要保護者同伴)

定 ①③10組20人②④20人(いずれも多数抽選)

⑥東芝ブレイブルーパス東京ラグビークリニック

時 ①小学1～3年生クラス:午前10時～11時30分 ②小学4～6年生クラス:午後1時30分～3時

対 市内在住・在学の小学生(①は要保護者同伴)

定 ①20組40人②30人(いずれも多数抽選)

⑦チアダンス体験教室

時 午後2時～3時 対 市内在住・在学(園)の幼児～小学4年生 定 30人(多数抽選)

調(株)レアコーポレーション指導員

⑧車いすバスケットボールクリニック

時 小学1～3年生クラス:午前10時～11時30分 小学4～6年生クラス:午後1時30分～3時

対 市内在住・在学の小学生 所 (一社)日本車いすバスケットボール連盟 定 各クラス20人(多数抽選)

①～⑧共に

所 ①⑤のみミズノフットサルプラザ味の素スタジアム 費 無料 持 運動のできる服装、運動靴

申 9月11日(日)までに体育協会HPから申し込み

●新型コロナウイルス感染症対策のため、各施設・事業はサービスなどを一部制限して開館・実施

利用・参加を予定している方は、事前にお問い合わせいただくか、市HPや主催団体HPなどで最新情報をご確認ください。また、マスク着用などの感染症対策をした上で利用・参加をお願いします。



市HP