

中央体育館「一般公開」4/13～5/11 スケジュール

現在、コロナ感染症対策の為、利用に制限があります。種目毎に対策の詳細が異なりますので、中央体育館公式ホームページ・館内掲示にてご確認ください。また、**更衣については、感染症対策の期間は、更衣室を利用せず参加できる準備でお越しください。**皆様のご理解・ご協力をお願いいたします。

2021.4.12 現在

営業時間について

- ・「新型コロナウイルス感染症まん延防止等重点措置」を受け、**4/13～5/11 まで（予定）閉館時間が20時となります。夜間プログラムの一部休止および時間が短縮となりますのでご注意ください。**
- ・今後も営業時間に変更があった場合、プログラム開催時間の変更および一部プログラムが中止となる場合があります。予めご了承ください。また、変更が生じた場合、随時、中央体育館公式ホームページ・館内掲示にてご案内いたします。

中央体育館公式ホームページ <https://meguro-taiiku.com/>

お問い合わせ先：03-3714-9591



■ 一般公開について ■

- ・定員を超えた場合、ご入場いただけません。※先着順
- ・個人を対象としています。団体でのご利用はご遠慮ください。
- ・安全にプレーを楽しんでいただくため、職員や指導員の指示に従ってください。
- ・小・中学生の利用は20：00まで。・18：30以降の小学生の参加は、保護者の送迎が必要です。
- ・準備・後片づけにご協力ください。・敷地内は全面禁煙です。（加熱式・電子たばこ含む）
- ・貴重品については各自で責任を持って保管ください。盗難・紛失に関して、一切の責任を負いかねます。
- ・区の事業、各種大会の開催、工事等によるプログラムの変更、または臨時に休場することがあります。館内掲示、中央体育館公式ホームページにてご確認ください。
- ・ゴミ箱のご利用はいただけません。持ち込みのものはすべてお持ち帰り下さい。（ペットボトル、マスク、汗拭きシート等）

■ 利用料金 ■ 中学生まで・65歳以上・障がい者：150円、高校生以上～64歳：300円

※当面の間、定期券の発行はありません。

■ 発券時間 ■ ★10分前 ◎15分前 ◆20分前（混雑を緩和する為、発券時間が異なります。）
バドミントンは3/24より、区民◆20分前～、区外★10分前～の発券となります。

「競技場」

		月	火	水	木	金	土
午前	貸切		開催中 (定員:28名) ★ソフトテニス 9:00～11:30 当面は【高校生以上】ラケット持参	開催中 (定員:60名) ◎さわやか リズム健康体操 10:00～11:30 【高校生以上】	調整中 バレーボール 9:00～11:30	開催中 (定員:60名) バドミントン 9:00～11:30 当面は【高校生以上】シャトル・ラケット持参(シャトル販売有り)	開催中 (定員:60名) 第1・3土曜日 ★スポーツ広場 9:00～11:30 【年齢制限なし】
			休 止 (定員:50名) ◎卓 球 19:00～21:30 当面は【18歳以上】高校生不可 ボール・ラケット持参(ボール販売有り)	休 止 (定員:60名) バドミントン 19:00～21:30 当面は【高校生以上】シャトル・ラケット持参(シャトル販売有り)	休 止 (定員:50名) 第1・3・5木曜 ◎バスケットボール 19:00～21:30 当面は【高校生以上】	区民優先 区民受付 8:40～ 区外受付 8:50～	
夜間			休 止 (定員:50名) ◎卓 球 19:00～21:30 当面は【18歳以上】高校生不可 ボール・ラケット持参(ボール販売有り)	休 止 (定員:60名) バドミントン 19:00～21:30 当面は【高校生以上】シャトル・ラケット持参(シャトル販売有り)	休 止 (定員:50名) 第1・3・5木曜 ◎バスケットボール 19:00～21:30 当面は【高校生以上】	区民優先 区民受付 8:40～ 区外受付 8:50～	
			休 止 (定員:50名) ◎卓 球 19:00～21:30 当面は【18歳以上】高校生不可 ボール・ラケット持参(ボール販売有り)	休 止 (定員:60名) バドミントン 19:00～21:30 当面は【高校生以上】シャトル・ラケット持参(シャトル販売有り)	休 止 (定員:28名) 第2・4木曜 ◎ソフトテニス 19:00～21:30 当面は【高校生以上】ラケット持参		

★競技場プログラムは、屋内用シューズ（靴の裏が生ゴムが白、またはノンマーキングラバーのもの）を持参ください。

発券時間： ★10 分前 ◎15 分前 ◆20 分前（混雑を緩和する為、発券時間が異なります。）

「第1格技場（畳）」

	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前	貸 切	開催中 (定員：20 名) ★シニアストレッチ 健康体操 10:00～11:30 【65歳以上】	開催中 (定員：12 組) ★親子リズム体操 10:00～11:30 【2～5歳と その保護者】	貸 切	開催中 (定員：30 名) ◎シニアリズム 健康体操 10:00～11:30 【60歳以上】	貸 切	開催中 (定員：24 名) ★合気道 ※祝日休み 9:30～11:30 【中学生以上】
午後	開催中 (定員：40 名) ★柔 道 17:00～18:30 【5歳～中学生】 18:30～19:30 【中学生以上】	貸 切	貸 切	開催中 (定員：40 名) ★柔 道 17:00～18:30 【5歳～中学生】 18:30～19:30 【中学生以上】	貸 切	開催中 (定員：40 名) ★柔 道 16:00～17:45 【5歳～中学生】 18:00～19:30 【中学生以上】	貸 切
夜間		休 止 (定員：30 名) ◆空手道 19:00～21:30 【小学生以上】					

「第2格技場（床）」

	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前	貸 切	貸 切	開催中 (定員：30 名) ★なぎなた 9:00～11:30 【小学生以上】	貸 切	貸 切	貸 切	開催中 (定員：40 名) ◎剣 道 9:00～11:30 【中学生以上】
午後	貸 切	貸 切	開催中 (定員：40 名) ★剣 道 13:00～15:00 【中学生以上】	貸 切	貸 切	貸 切	開催中 (定員：40 名) ★初心者剣道 12:20～14:30 【中学生以上】
夜間		開催中 (定員：20 名) ★こども剣道 15:40～18:40 【6歳～中学生】	開催中 (定員：20 名) ★こども剣道 15:40～18:40 【6歳～中学生】				開催中 定員 (定員：各30名) ★居合道 14:30～18:00 ◎杖道 18:00～19:30 【高校生以上】 ★居合道 19:30～21:30 ※閉館時間20:00 の為休止
		休 止 (定員：40 名) ★剣 道 19:00～21:30 【中学生以上】		休 止 (定員：40 名) ★剣 道 19:00～21:30 【中学生以上】 調整中 なぎなた	休 止 (定員：40 名) ★剣 道 19:00～21:30 【中学生以上】		

「弓道場」

	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前	貸 切	貸 切	貸 切	貸 切	貸 切	開催中 (定員：15 名) ★弓 道 9:00～18:30 ※16:00～初心者優先 (日曜のみ) 【中学生以上】	開催中 (定員：15 名) ★弓 道 9:00～18:30 ※16:00～初心者優先 (日曜のみ) 【中学生以上】
午後			開催中 (定員：15 名) ★弓 道 12:20～18:30 【中学生以上】				

★弓道場は、素足禁止（足袋もしくは木綿素材の靴下着用）

「エアライフル」

	水	木	土	日・祝
午前			開催中 (定員：7名) エアライフルは【有資格者のみ】 9:00～11:30	
午後			エアライフル 12:30～15:00	ビームライフル【10歳以上】要電話予約 ★12:30～★13:30～★14:30～(各回4名) エアライフル 16:00～18:30
夜間	休止 エアライフル 19:00～21:30		★ビーム予約について→当日電話予約（先着順）03-3714-9591 ・区内在住（在学・在勤）→午前9:15～受付・区外→午前9:30～受付	

★エアライフルは「4.5mm を使用する競技用エアライフル銃」「銃砲所持許可証」持参

「トレーニング」

	月～日・祝
午前	開催中 (定員：10 名) トレーニング 9:00～20:00 【高校生以上】 ※利用時間は2時間まで
午後	
夜間	当面 ショートレッスンは休止