

中央体育館「一般公開」10/1～24 スケジュール

2021.10

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。中央体育館公式ホームページまたはお電話にてご確認ください。皆様のご理解・ご協力をお願いいたします。

営業時間について

- 東京都からの「東京都におけるリバウンド防止措置」に伴い、10/1～24（予定）までの間、営業時間が21:00までとなります。夜間プログラムの終了時間が変更となりますので、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。

お問い合わせ先：03-3714-9591 中央体育館公式ホームページ <https://meguro-taiiku.com/>



■ 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。・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
【競技場】	午前 貸切	[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	[定員:60名] ◎さわやか リズム健康体操 10:00～11:30 【高校生以上】	[定員:20名] ★バレーボール 9:00～11:30 当面は【高校生以上】	[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)	[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】
	夜間 貸切	[定員:50名] ◎卓球 19:00～20:30 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)	[定員:60名] バドミントン 19:00～20:30 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) 区民優先 区民受付 18:40～ 区外受付 18:50～	[定員:50名] 第1・3・5木曜 ◎バスケットボール 19:00～20:30 当面は【高校生以上] [定員:28名] 第2・4木曜 ◎ソフトテニス 19:00～20:30 当面は【高校生以上】 ラケット持参	区民優先 区民受付 8:40～ 区外受付 8:50～	

★競技場プログラムは、屋内用シューズ（靴の裏が生ゴムか白、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	[定員：30名] ★シニアストレッチ 健康体操 10:00~11:30 【65歳以上】	[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	[定員：30名] ◎シニアリズム 健康体操 10:00~11:30 【60歳以上】	貸切	[定員：24名] ★合気道 ※祝日休み 9:30~11:30 【中学生以上】
午後	[定員：40名] ★柔道 17:00~18:30 【5歳~中学生】 18:30~20:00 【中学生以上】	貸切	貸切	[定員：40名] ★柔道 17:00~18:30 【5歳~中学生】 18:30~20:00 【中学生以上】	貸切	[定員：40名] ★柔道 16:00~17:45 【5歳~中学生】 18:00~20:00 【中学生以上】	貸切
夜間		[定員：30名] ◆空手道 19:00~20:30 【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	[定員：30名] ★なぎなた 9:00~11:30 【小学生以上】	貸切	貸切	貸切	[定員：40名] ◎剣道 9:00~11:30 【中学生以上】
午後	貸切	貸切	[定員：40名] ★剣道 13:00~15:00 【中学生以上】	貸切	貸切	貸切	[定員：40名] ★初心者剣道 12:20~14:30 【中学生以上】
夜間	[定員：20名] ★子ども剣道 15:40~18:40 【6歳~中学生】		[定員：20名] ★子ども剣道 15:40~18:40 【6歳~中学生】			[定員：各30名] ★居合道 14:30~18:00	
	[定員：40名] ★剣道 19:00~20:30 【中学生以上】				[定員：40名] ★剣道 19:00~20:30 【中学生以上】 調整中 なぎなた	[定員：40名] ★剣道 19:00~20:30 【中学生以上】	◎杖道 18:00~19:30 ★居合道 19:30~21:30 ※開催なし 【高校生以上】

【弓道場】

	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前	貸切	貸切	貸切	貸切	貸切	[定員：15名] ★弓道 9:00~20:30 【中学生以上】	[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	[定員：15名] ★弓道 12:20~20:30 【中学生以上】						
夜間							

★弓道場は、素足禁止（足袋もしくは木綿素材の靴下着用）

【トレーニング】

	月~日・祝
午前	[定員：10名] トレーニング 9:00~21:00 【高校生以上】
午後	※利用時間は2時間まで
夜間	当面ショートレッスンは休止

【エアライフル】

	水	木	土	日・祝
午前	貸切	[定員：7名] エアライフルは【有資格者のみ】 9:00~11:30		
午後	貸切	エアライフル 12:30~15:00	★12:30~★13:30~★14:30~ (各回4名) ビームライフル【10歳以上】要電話予約	
夜間	エアライフル 19:00~20:30	エアライフル 16:00~18:30		

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