

**個人開放日は『個人で体育室が利用できる日』です**

**【体育室個人開放 2024 年 3 月～4 月】**

**バドミントン(インディアカ)・ミニテニス・卓球 ・バスケット 3 月 27 日更新**

**個人開放日**

|                    |             |             |             |             |                                   |             |             |             |
|--------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-----------------------------------|-------------|-------------|-------------|
| バドミントン<br>(インディアカ) | 3/1<br>(金)  | 3/8<br>(金)  | 3/9<br>(土)  | 3/15<br>(金) | 3/17<br>(日)                       | 3/22<br>(金) | 3/23<br>(土) | 3/29<br>(金) |
| ミニテニス              | 4/5<br>(金)  | 4/12<br>(金) | 4/13<br>(土) | 4/19<br>(金) | 4/21<br>(日)                       | 4/26<br>(金) | 4/27<br>(土) | /           |
| 卓球                 |             |             |             |             |                                   |             |             |             |
| バスケットボール           | 3/11<br>(月) | 3/25<br>(月) | 4/8<br>(月)  | 4/22<br>(月) | バスケットボールワンポイントレッスン<br>4月8日(月)より実施 |             |             |             |

**受付方法【申込から抽選・受付の流れ ※バスケットボール除く】**

- ① 申込 当日 8 : 30 より正面玄関前にて整列順に受付いたします。  
代表者名・利用種目をスタッフへお伝えください。(代表者 1 組 1 名まで)
- ② 抽選 時間になりましたら申し込み順に抽選を実施します(代表者のみ)。
- ③ くじ番号①の方からコート(台)をお選びください。
- ④ 遅れてご入場の方にコート(台)をお伝え頂き、フロントでご申告ください。
- ⑤ 2 月より第一体育館に限り、異業種コートに空きがあった場合、最大 2 組 (1 組 1 面)までご利用いただけます。詳しくはスタッフまでお尋ねください。

**抽選(利用)時間 ※終了時間には体育館よりご退室ください**

| 抽選時間  | 利用時間        | ワンポイントレッスン[午後Ⅱ・夜間] |                            |
|-------|-------------|--------------------|----------------------------|
| 8:50  | 9:00～12:30  | バドミントン<br>卓球       | 18:00～19:00<br>19:30～20:30 |
| 12:15 | 12:30～16:00 |                    |                            |
| 15:45 | 16:00～19:30 |                    |                            |
| 19:15 | 19:30～22:00 |                    |                            |

## その他注意事項

※抽選終了後、順次受付を実施いたします(午前のみ開館後 9:00 より)

※利用時間毎に利用料が発生いたします。

※ワンポイントレッスンは上記日程、Aコートで実施いたします(午後Ⅱ・夜間)

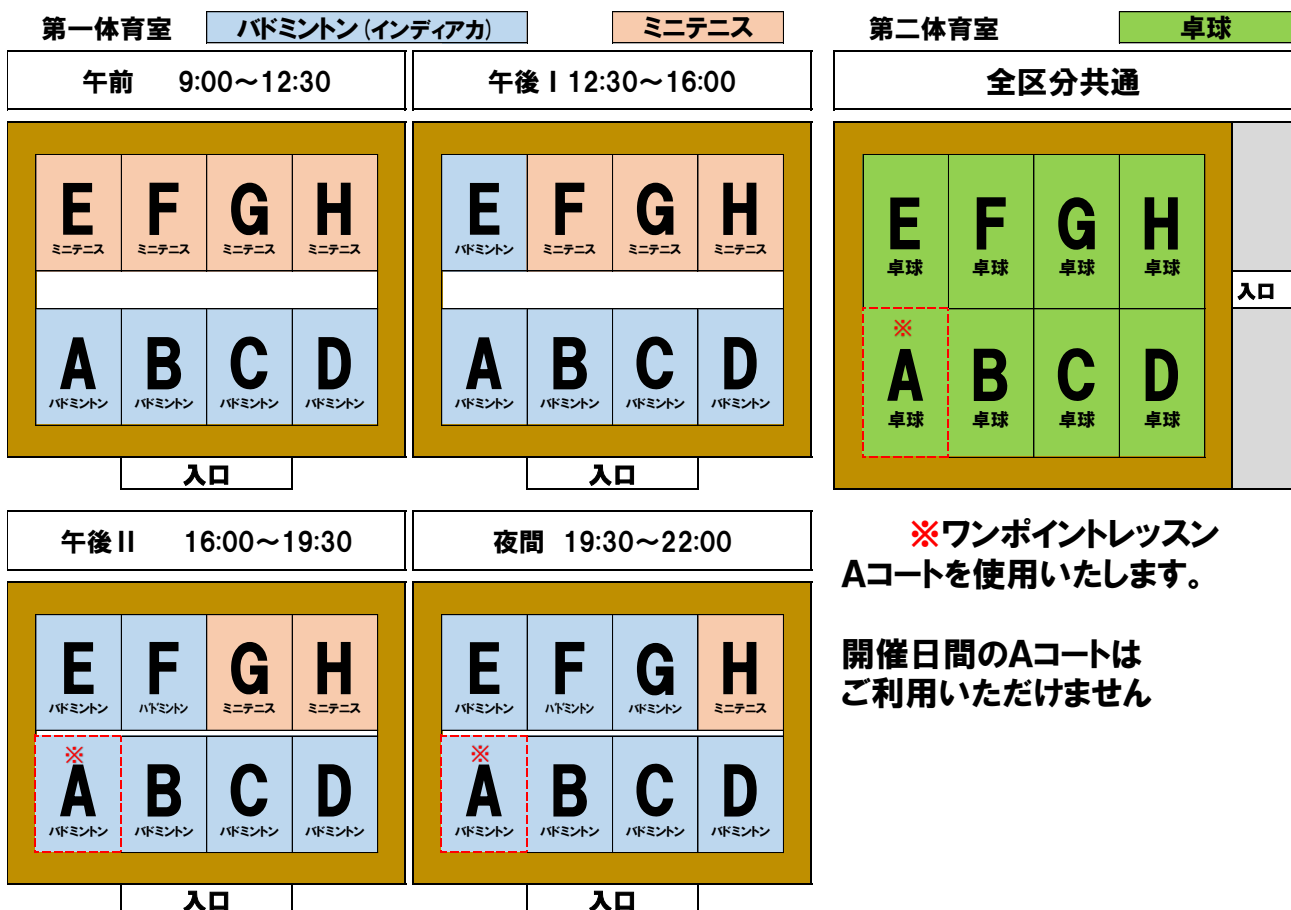
※夜間利用の場合は 22:00 最終退館となります。

## 利用枠数

| 種目/面数          | 午前 | 午後Ⅰ | 午後Ⅱ   | 夜間    |
|----------------|----|-----|-------|-------|
| バドミントン(インディアカ) | 4面 | 5面  | 6(5)面 | 7(6)面 |
| ミニテニス          | 4面 | 3面  | 2面    | 1面    |
| 卓球             | 8台 | 8台  | 8(7)台 | 8(7)台 |

※ワンポイントレッスン開催日はコート(面)数が異なります。金曜 午後Ⅱ・夜間のみ

## コート配置



ご不明な点はフロントスタッフにお問い合わせください。

## 個人開放日は『個人で体育室が利用できる日』です

### バスケットボール

#### 個人開放日

| 種目       | 日程  |      |      |      |     |        |
|----------|-----|------|------|------|-----|--------|
| バスケットボール | 4/8 | 4/22 | 5/13 | 5/27 | 午後Ⅱ | 16:00～ |
|          | (月) | (月)  | (月)  | (月)  | 夜間  | 19:30～ |

#### 受付方法【申込から受付の流れ】

- ① 申込 当日 15:00 より総合受付にて順番に受付いたします。  
※ワンポイントレッスン参加有無をスタッフへお伝えください。
- ② 受付 15:30 以降券売機でチケット購入いただき、総合受付にご提出ください。

#### ご利用ルール

- ・ワンポイントレッスンを除きゲーム形式での利用は出来ません。  
シュート・ドリブル練習のみとさせていただきます
- ・終了時間には体育館よりご退室ください
- ・ワンポイントレッスンは午後Ⅱ(18:15～19:15) / 夜間(19:45～20:45)  
にCコート・Dコートにて実施いたします。
- ※利用人数に応じて運用を変更させていただく場合がございます。

#### コート配置



ご不明な点はフロントスタッフにお問い合わせください。

## ワンポイントレッスン スケジュール

施設利用料のみで受講が可能です。※受付は<<先着順>>バスケットボール除く

### バドミントン・卓球

当日の 16:00 より(18:00 以降は各体育室 Aコートわき)で受付

午後Ⅱ 18:00～19:00 (定員最大 6名)

夜間 19:30～20:30 (定員最大 6名)

### バスケットボール

当日の 15:30 よりフロントで受付

午後Ⅱ 18:15～19:15 (定員なし)

夜間 19:45～20:45 (定員なし)

| 金曜日    | 3/1 | 3/8  | 3/15 | 3/22 | 3/29 | 4/5 | 4/12 | 4/19 | 4/26 |
|--------|-----|------|------|------|------|-----|------|------|------|
| バドミントン | ○   | ○    | ○    | ○    | ×    | ○   | ○    | ×    | ○    |
| 卓球     | ×   | ○    | ○    | ○    | ○    | ○   | ○    | ○    | ×    |
| 月曜日    | 4/8 | 4/22 |      |      |      |     |      |      |      |
| バスケ    | ○   | ○    |      |      |      |     |      |      |      |

### プール

当日 13:00 よりプールサイドにて受付

火曜日 14:00～14:50 (定員最大 5名)

| 火曜日 | 3/5 | 3/12 | 3/19 | 3/26 | 4/2 | 4/9 | 4/16 | 4/23 | 4/30 |
|-----|-----|------|------|------|-----|-----|------|------|------|
| プール | ○   | ○    | ○    | ○    | ○   | ○   | ○    | ○    | ○    |

- ・おひとり 10 分間実施いたします。
- ・講師の体調不良等により、急遽レッスンが休止となる場合がございます。