

2月 厚別区体育館

〒004-0052 厚別区厚別中央2条5丁目1-20

TEL : 892-0362 FAX : 892-0363

更新日 : 2023/1/20

		午前の部 (9:00~12:30) ※専用9:00~12:00					午後の部 (13:00~17:00)					夜間の部 (17:30~21:00) ※専用18:00~21:00				
		競技室		体育室	格技室	デッキ	競技室		体育室	格技室	デッキ	競技室		体育室	格技室	デッキ
		A	B				A	B				A	B			
1	水	大会利用		専用	教室	大会利用		教室	教室		テニス	フットサル	剣道 (18:00~)	合		
2	木	バドミントン		教室	教室	ソフトテニス	ゲートボール&バレーボール	教室	教室		ソフトテニス		専用	少		
3	金	抽卓球	抽卓球 (マシン)	ミニバレー	教室	教室	教室	教室	教室		バレーボール (18:15~)		剣道	空		
4	土	大会利用		専用		大会	大会利用		専用		大会	バドミントン		専用	柔	
5	日	大会利用		専用		大会利用		専用			バスケットボール ※シュート練習程度		専用			
6	月	施設整備日														
7	火	教室	教室	教室	専用		教室	教室	教室	教室		バドミントン (18:00~)	卓球 (18:00~)	少林寺拳法 (18:00~)	柔	
8	水	教室	教室	専用	教室		専用	教室	教室	教室		テニス	フットサル (18:15~)	剣道 (18:00~)	合	
9	木	バドミントン		教室	教室		テニス (~15:45)	ゲートボール&バレーボール (~15:45)	教室	教室		バドミントン (18:00~)		専用	少	
10	金	抽卓球	抽卓球 (マシン)	ミニバレー	教室		教室	教室	教室	教室		バスケットボール (18:15~)		剣道	空	
11	土	大会利用		専用		大会利用		専用			卓球		専用			
12	日	大会利用		専用		大会利用		専用			バドミントン					
13	月	専用	専用	教室	教室		専用	教室	教室	教室		教室	教室	教室		
14	火	教室	教室	教室	専用		教室	教室	教室	教室		バドミントン (18:00~)	卓球 (18:00~)	少林寺拳法 (18:00~)	柔	
15	水	教室	教室	専用	教室		専用	教室	教室	教室		テニス	フットサル (18:15~)	剣道 (18:00~)	合	
16	木	バドミントン		教室	教室		ソフトテニス (~15:45)	ゲートボール&バレーボール (~15:45)	教室	教室		ソフトテニス (18:00~)		専用	少	
17	金	抽卓球	抽卓球 (マシン)	ミニバレー	教室		教室	教室	教室	教室		バレーボール (18:15~)		剣道	空	
18	土	大会利用		専用		大会利用		専用			バスケットボール ※シュート練習程度		専用	柔		
19	日	大会利用				大会	大会利用				大会	卓球		専用		
20	月	専用	専用	教室	教室		専用	教室	教室	教室		教室	教室	教室		
21	火	教室	教室	教室	専用		教室	教室	教室	教室		バドミントン (18:00~)	卓球 (18:00~)	少林寺拳法 (18:15~)	柔	
22	水	教室	教室	専用	教室		専用	教室	教室	教室		テニス	フットサル (18:15~)	剣道 (18:00~)	合	
23	木	大会利用		専用		大会	大会利用		専用		大会	バドミントン				
24	金	抽卓球	抽卓球 (マシン)	ミニバレー	教室		教室	教室	教室	教室		バスケットボール (18:15~)		剣道	空	
25	土	大会利用		専用		大会	大会利用		専用		大会	大会利用		専用	柔	
26	日	抽卓球		専用			バスケットボール ※シュート練習程度		専用			バドミントン				
27	月	専用	専用	教室	教室		専用	教室	教室	教室		教室	教室	教室		
28	火	教室	教室	教室	専用		教室	教室	専用	教室		バドミントン (18:00~)	卓球 (18:00~)	少林寺拳法	柔	

- トレーニング室は9~21時の間で利用できます。※施設整備日は利用できません。
- 抽**のマークがある開放は、入場順を抽選で決定します。
- 格技室の「柔」は柔道、「合」は合気道、「少」は少林寺拳法、「空」は空手(松涛会)で利用できます。空欄は格技系の種目で個人利用できます。詳細はお問い合わせください。
- トレーニングデッキの空欄は、ランニングやウォーキングで個人利用できます。詳細はお問い合わせください。
- この時間割については、やむを得ず変更になる場合がありますので、ご了承ください。



新型コロナウイルス感染症予防対策のため、当面の間、卓球・バドミントン・バスケットボールなどの用具の貸出しを行いません。

利用時間帯（個人利用）	
午前の部	9:00～12:30
午後の部	13:00～17:00
夜間の部	17:30～21:00

上靴と靴袋の持参について	
●館内は土足禁止です。必ず上靴を持参してください。貸出しは行っていません。	
●上靴を入れる靴袋を持参してください。	

小中学生の利用について	
●小学生は17時までの利用となります。ただし、保護者同伴の場合に限り、21時までご利用いただけます。	
●中学生は19時までの利用となります。ただし、保護者同伴の場合または保護者の送迎がある場合は、21時までご利用いただけます。	

多目的室	
●利用料金（1時間） 平日910円 土日祝日 1,090円 ※11～3月は暖房料(80円)もかかります。	
●収容人数は20名です。	
●机、いす、ホワイトボードを用意しております。	
●会議以外でも、軽スポーツなどでの利用が可能です。詳細はお問い合わせください。	

バドミントン一般開放	
●受付窓口にて番号札をお渡しします。室内に設置してあるホワイトボードに番号札を貼り、その時間になりましたら予約したコートをご利用ください。	
●番号札は利用者自身が移動してください。	
●混雑時には15分交代で1コート4名にてご利用ください。	
●3名の場合は、半面をご利用ください。	

トレーニングデッキ	
●ランニングやウォーキングがご利用できます。	
●1周155Mです。	
●簡易のストレッチスペースを設置しています。	

フットサル一般開放	
●18:30よりゲーム形式（2点先取、または5分交代）での開放を行っています。受付時に利用券の裏に氏名を記入し、指導員へ渡してください。	

利用料金（個人利用）				
区分	当日券	回数券 (6枚綴)	1ヵ月券	共通1ヵ月券
一般	390円	1,950円	5,670円	8,600円
高校生	230円	1,150円	3,350円	4,610円
高齢者 (65歳以上)	130円	650円	1,670円	2,300円
中学生以下	無料	※施設での料金のお支払いは現金のみの取り扱いとなります。		

●個人利用料金は午前、午後、夜間の各時間帯ごとに必要となります。

- トレーニング室、ランニングコースに限っての利用は、入館から退館まで利用(1人1回)できます。なお、それ以外の種目の一般開放も利用する場合は、各時間帯で利用料が必要となります。
- 中学生・高校生の方は生徒手帳を受付に提示ください。
- 高齢者（65歳以上）、19歳未満の勤労青少年の方は、年齢を証明できるものを受付に提示ください。
- 障がい者手帳、療育手帳等をお持ちの方は、利用料が免除となりますので受付窓口にて提示ください。上記手帳をお持ちの方の介助者についても免除となります。

トレーニング室	
●各種トレーニング器具を設置しており、事前予約なしでご利用いただけます。	
●室内の人数制限をしております。当館は最大27名です。	
●定員を超えた場合は、お待ちいただく場合がございます。また、より多くの方にご利用いただくため、概ね2時間以内でのご利用をお願いいたします。	
●中学生以下は、保護者が同伴でも入室できません。	
●主な設置器具…トレッドミル、アップライトバイク、ダンベル等	
●毎週水曜日9:00～12:00は指導員を配置しています。※2/15・祝日は配置していません。	

卓球一般開放	
●混雑が予想される日は、入場順を決める抽選を行っています。当日午前の部は8:45～8:50、午後の部は12:20～12:45の間に、受付窓口にて抽選用のマグネットをお渡しします。	
●午前の部は8:50以降、午後の部は12:50以降、番号順にご入場ください。	
●抽選に参加していない場合は、最後尾からの入場となりますのでご了承ください。	

卓球マシン	
●指導員がつき、簡単な技術指導を行います。	
●曜日・時間 金曜日 9時～12時	
●場所 競技室B	

バスケットボール一般開放	
●指導員が人数等で状況判断し、19時30分以降試合を行います。場合によっては試合を行いませんので、ご了承ください。	
●土日祝はシュート練習程度(試合形式は禁止)	
●ミニバスケット用ゴールを1台設置しています。なお、状況によってゴールの高さを通常にする場合がありますので、ご了承ください。	

格技系開放	
●格技室で種目設定を行っていない時間帯は、格技系の種目での個人利用ができます。	
●種目設定を行っている時間帯は、指導員の指示に従ってご利用ください。	
●中学生以下の方のみでの利用はできません。必ず保護者または指導員が同伴してください。	
●利用人数や種目によってスペースの割りつけを行いますので、職員の指示に従ってください。	

硬式テニス、軟式テニス一般開放	
●混雑時は交代表を受付窓口にてお渡しいたします。	

バレーボール一般開放	
●指導員が人数等で状況判断し、試合を行います。場合によっては試合を行いませんので、ご了承ください。	