

2022年 1月～6月 体育室 個人利用 スケジュールのご案内

IKE・Bizの体育室を個人の皆様にご利用頂ける日程です。
利用をご希望の方は、当日直接1F貸室受付までお越しください。
人数に限りがあります。定員以上になりますと個人利用ができません。



	月曜日	水曜日	土曜日
	卓球、ボルダリング、軽体操 夜間 (17:30～21:30)	卓球、ボルダリング、軽体操 午後 (13:00～17:00)	卓球のみ 午後 (13:00～17:00)
1月	17日	5日、12日、19日、26日	8日、22日、29日
2月	7日、21日	2日、9日、16日、23日	5日、12日、26日
3月	7日、21日	2日、9日、16日、23日、30日	5日、12日、26日

*土曜日（卓球）の受付方法は、卓球台（全5台）を抽選方式といたします。利用ご希望の方は12:30～12:45の間にご来館の上、抽選券をお取りください。詳細はチラシ裏面をご覧ください。

*4月は曜日と時間帯が変更になります。お間違えの無いようご確認ください。

4月	月曜日 夜間 (17:30～21:30)	水曜日 午前 (9:00～12:00)	金曜日 午後 (13:00～17:00)
		卓球、ボルダリング、軽体操	
	4日、18日	6日、13日、20日、27日	1日、8日、15日、22日

	月曜日	水曜日	土曜日
	卓球、ボルダリング、軽体操 夜間 (17:30～21:30)	卓球、ボルダリング、軽体操 午後 (13:00～17:00)	卓球のみ 午後 (13:00～17:00)
5月	2日、16日	4日、11日、18日、25日	14日、28日
6月	6日、20日	1日、8日、15日、22日、29日	25日

《利用料》 一般：400円/名 *65歳以上の区民の方は200円/名

《利用可能種目》

卓球

- ・卓球用ラケット、ピンポン球は各自ご用意ください。
- ・卓球台：300円/台



ボルダリング

4歳以上の方がご利用できます。小学生以下の方のご利用には、18歳以上の保護者の同伴が必要です。保護者1名につき、こども2名が入場できます。

ヨガ・ストレッチ・その他軽体操

- ・土曜午後以外でご利用いただけます。
- ・ヨガマットのご用意がございます。



《注意事項》

■スポーツに適した服装と室内シューズをご用意ください。更衣室もご利用いただけます。

■体育室内には鏡があるため、球技は不可としています。

■コロナウイルス感染症対策として注意事項を確認の上、ご署名をいただいております。

*今後のコロナウイルスの状況を鑑み、内容が変更になる場合がございます。予めご了承ください。

体育室の予約が入っていない利用区分も個人でご利用いただけます。

前日夜18時に個人利用時間が確定します。

お電話にてお問い合わせください。 ●電話：03-3980-3131

