

八王子市甲の原体育館 2026年10月予定表(体育室)

日付		第1体育室	第2体育室	会議室	プール	お知らせ
1	木	13:15-14:45 エアロ・ストレッチ 18:00-21:30 バスケット開放	9:00-21:30 卓球開放		9:00-18:00 シルバータイム	市内在住60歳以上の方はプール2時間無料。 (要身分証明書持参。詳細はHPIにて)
2	金	13:30-14:45 ヨガ		9:00-17:30 映像レッスン	11:00-11:45 アクアビクス	
3	土		9:45-10:45 ZUMBA 11:00-21:30 卓球開放		17:00-18:50 泳法指導	中学生以下のお子様を対象に プール・卓球が2時間無料です。
4	日		9:00-21:30 卓球開放			
5	月	休館日				
6	火	13:30-14:45 ヨガ	9:00-21:30 卓球開放		換水作業のためプール利用中止	
7	水	10:00-11:50 健康体操・エアロ 15:00-21:30 バドミントン開放	9:00-21:30 卓球開放	9:00-17:30 映像レッスン		
8	木	13:15-14:45 エアロ・ストレッチ 18:00-21:30 バスケット開放	9:00-21:30 卓球開放			
9	金	13:30-14:45 ヨガ		9:00-17:30 映像レッスン		
10	土		9:45-10:45 ZUMBA 11:00-21:30 卓球開放		17:00-18:50 泳法指導	中学生以下のお子様を対象に プール・卓球が2時間無料です。
11	日		9:00-21:30 卓球開放			
12	月		9:00-21:30 卓球開放	9:00-17:30 映像レッスン		
13	火	13:30-14:45 ヨガ	9:00-21:30 卓球開放		11:00-11:45 アクアビクス	
14	水	10:00-11:50 健康体操・エアロ 15:00-21:30 バドミントン開放	9:00-21:30 卓球開放	9:00-17:30 映像レッスン	10:00-11:50 泳法指導 14:00-14:45 水中エクササイズ	
15	木	13:15-14:45 エアロ・ストレッチ 18:00-21:30 バスケット開放	9:00-21:30 卓球開放		9:00-18:00 シルバータイム	市内在住60歳以上の方はプール2時間無料。 (要身分証明書持参。詳細はHPIにて)
16	金	13:30-14:45 ヨガ		9:00-17:30 映像レッスン	11:00-11:45 アクアビクス	
17	土		9:45-10:45 ZUMBA 11:00-21:30 卓球開放		17:00-18:50 泳法指導	中学生以下のお子様を対象に プール・卓球が2時間無料です。
18	日		9:00-21:30 卓球開放			
19	月		9:00-21:30 卓球開放	9:00-17:30 映像レッスン		
20	火	13:30-14:45 ヨガ	9:00-21:30 卓球開放		11:00-11:45 アクアビクス	
21	水	10:00-11:50 健康体操・エアロ 15:00-21:30 バドミントン開放	9:00-21:30 卓球開放	9:00-17:30 映像レッスン	10:00-11:50 泳法指導 14:00-14:45 水中エクササイズ	
22	木	13:15-14:45 エアロ・ストレッチ 18:00-21:30 バスケット開放	9:00-21:30 卓球開放		9:00-18:00 シルバータイム	市内在住60歳以上の方はプール2時間無料。 (要身分証明書持参。詳細はHPIにて)
23	金	13:30-14:45 ヨガ		9:00-17:30 映像レッスン	11:00-11:45 アクアビクス	
24	土		9:45-10:45 ZUMBA 11:00-21:30 卓球開放		17:00-18:50 泳法指導	中学生以下のお子様を対象に プール・卓球が2時間無料です。
25	日		9:00-21:30 卓球開放			
26	月		9:00-21:30 卓球開放	9:00-17:30 映像レッスン		
27	火	13:30-14:45 ヨガ	9:00-21:30 卓球開放		11:00-11:45 アクアビクス	
28	水	10:00-11:50 健康体操・エアロ 15:00-21:30 バドミントン開放	9:00-21:30 卓球開放	9:00-17:30 映像レッスン	10:00-11:50 泳法指導 14:00-14:45 水中エクササイズ	
29	木	13:15-14:45 エアロ・ストレッチ 18:00-21:30 バスケット開放	9:00-21:30 卓球開放		9:00-18:00 シルバータイム	市内在住60歳以上の方はプール2時間無料。 (要身分証明書持参。詳細はHPIにて)
30	金	13:30-14:45 ヨガ		9:00-17:30 映像レッスン	11:00-11:45 アクアビクス	
31	土		9:45-10:45 ZUMBA 11:00-21:30 卓球開放		17:00-18:50 泳法指導	中学生以下のお子様を対象に プール・卓球が2時間無料です。

八王子市甲の原体育館のHPが変更となっております。右記QRよりブックマークをお願いいたします。



八王子市甲の原体育館 2026年10月予定表(プール)												
日付	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00
1 木												
2 金			アクアビクス (3/一般開放)			肩腰膝ケア 水中運動 (2/教室)						
3 土									泳法指導 (1/一般開放)			
4 日												
5 月	休館日											
6 火	換水作業のためプール利用中止											
7 水												
8 木												
9 金												
10 土									泳法指導 (1/一般開放)			
11 日												
12 月												
13 火		4泳法にチャレンジ (1/教室)	アクアビクス (3/一般開放)									
14 水		泳法指導 (1/一般開放)				水中エクササイズ (2/一般開放)		幼児スイミング (2/教室)	児童スイミング (2/教室)	上級スイミング (2/教室)		
15 木												
16 金			アクアビクス (3/一般開放)			肩腰膝ケア 水中運動 (2/教室)	団体貸切 2コース 15-17		団体貸切 1コース 17-19			
17 土									泳法指導 (1/一般開放)			
18 日												
19 月							団体貸切 2コース 15-17					
20 火		4泳法にチャレンジ (1/教室)	アクアビクス (3/一般開放)						団体貸切 2コース 17-19			
21 水		泳法指導 (1/一般開放)				水中エクササイズ (2/一般開放)		幼児スイミング (2/教室)	児童スイミング (2/教室)	上級スイミング (2/教室)		
22 木												
23 金			アクアビクス (3/一般開放)			肩腰膝ケア 水中運動 (2/教室)			団体貸切 2コース 17-19			
24 土									泳法指導 (1/一般開放)			
25 日												
26 月									団体貸切 2コース 17-19			
27 火		4泳法にチャレンジ (1/教室)	アクアビクス (3/一般開放)						団体貸切 2コース 17-19			
28 水		泳法指導 (1/一般開放)				水中エクササイズ (2/一般開放)		幼児スイミング (2/教室)	児童スイミング (2/教室)	上級スイミング (2/教室)		
29 木												
30 金			アクアビクス (3/一般開放)						団体貸切 2コース 17-19			
31 土									泳法指導 (1/一般開放)			

()内の左側の数字は使用予定コース数となります。

※毎週木曜日市内在住60歳以上の方はプール2時間無料。(要身分証明書持参。詳細はHPにて)

※毎週土曜日と5月5日は中学生以下のお子様は2時間無料でご利用頂けます。