八王子市甲の原体育館 2026年5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	金	13:30-14:45 ヨガ			11:00-11:45 アクアビクス	
2	土	東日本薬学生卓球大会 東京薬科大学卓球部	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。
3	日	公認審判員資格取得検定会 八王子市バドミントン連盟	9:00-21:30 卓球開放	公認審判員資格取得検定会 八王子市バドミントン連盟		
4	月		9:00-21:30 卓球開放			
5	火		9:00-21:30 卓球開放			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。
6	水		9:00-21:30 卓球開放			
7	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HPにて）
8	金	13:30-14:45 ヨガ			11:00-11:45 アクアビクス	
9	土	桑の実カップ 八王子市卓球連盟	9:45-10:45 ZUMBA 11:00-21:30 卓球開放	桑の実カップ 八王子市卓球連盟	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。
10	日	居合道講習会 八王子市居合道連盟	9:00-21:30 卓球開放	居合道講習会 八王子市居合道連盟		
11	月		9:00-21:30 卓球開放			
12	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	
13	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		10:00-11:50 泳法指導 14:00-14:45 水中エクササイズ	
14	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HPにて）
15	金	13:30-14:45 ヨガ			11:00-11:45 アクアビクス	
16	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。
17	日		9:00-21:30 卓球開放			
18	月		9:00-21:30 卓球開放			
19	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	
20	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		10:00-11:50 泳法指導 14:00-14:45 水中エクササイズ	
21	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HPにて）
22	金	13:30-14:45 ヨガ			11:00-11:45 アクアビクス	
23	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。
24	日		9:00-21:30 卓球開放			
25	月		9:00-21:30 卓球開放			
26	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	
27	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		10:00-11:50 泳法指導 14:00-14:45 水中エクササイズ	
28	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HPにて）
29	金	13:30-14:45 ヨガ			11:00-11:45 アクアビクス	
30	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。
31	日		9:00-21:30 卓球開放			

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5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	金			アクアビクス（3/一般開放）			肩腰膝ケア水中運動（1/教室）						
2	土									泳法指導（1/一般開放）			
3	日												
4	月												
5	火												
6	水												
7	木												
8	金			アクアビクス（3/一般開放）			肩腰膝ケア水中運動（1/教室）						
9	土									泳法指導（1/一般開放）			
10	日												
11	月											ナイトアクア（2/教室）	
12	火		4泳法にチャレンジ（1/教室）	アクアビクス（3/一般開放）									
13	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）		
14	木												
15	金			アクアビクス（3/一般開放）			肩腰膝ケア水中運動（1/教室）						
16	土									泳法指導（1/一般開放）			
17	日												
18	月											ナイトアクア（2/教室）	
19	火		4泳法にチャレンジ（1/教室）	アクアビクス（3/一般開放）									
20	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）		
21	木												
22	金			アクアビクス（3/一般開放）			肩腰膝ケア水中運動（1/教室）						
23	土									泳法指導（1/一般開放）			
24	日												
25	月											ナイトアクア（2/教室）	
26	火		4泳法にチャレンジ（1/教室）	アクアビクス（3/一般開放）									
27	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）		
28	木												
29	金			アクアビクス（3/一般開放）			肩腰膝ケア水中運動（1/教室）						
30	土									泳法指導（1/一般開放）			
31	日												

(　)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。