

八王子市甲の原体育館 2026年9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	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	
2	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	
3	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)
4	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	
5	土	アドグロース株式会社 クルーズカップ	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。
6	日	ブレイブカップ UCV	9:00-21:30 卓球開放			
7	月	休館日				
8	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	
9	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	
10	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)
11	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	
12	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。
13	日		9:00-21:30 卓球開放			
14	月		9:00-21:30 卓球開放	9:00-17:30 映像レッスン		
15	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	
16	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	
17	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)
18	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	
19	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。
20	日		9:00-21:30 卓球開放			
21	月		9:00-21:30 卓球開放			
22	火		9:00-21:30 卓球開放			
23	水		9:00-21:30 卓球開放			
24	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)
25	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	
26	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。
27	日	八王子市立小小学校PTA連合会 バドミントン大会	9:00-21:30 卓球開放			
28	月		9:00-21:30 卓球開放	9:00-17:30 映像レッスン		
29	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	
30	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	

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

()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。