狛江市民総合体育館
バドミントン
個人開放のご案内

	時間区分	日曜日	月曜日
		アリーナ2	アリーナ1　A面
①	9:00～11:15	※バドミントン(指導員) 先着順24名	バドミントン
②	11:25～13:40	バドミントン(抽選)	バドミントン
③	13:50～16:05	バドミントン(抽選)	バドミントン
④	16:15～18:30	バドミントン(抽選)	バドミントン
⑤	18:45～21:00	バドミントン(抽選)	バドミントン

● 場　所　日曜日:アリーナ2(1F)／月曜日:アリーナ1 A面(地下1F)

● 料　金　市内おとな 250円、市外おとな 500円、高校生以下 100円

＊中学生以下のお子さまの使用は18:30までです。
夜間の使用は保護者または18歳以上の方の同伴が必要です。
ただし、指導員がいる夜間は保護者または18歳以上の方の同伴は必要ございません。

● 時　間　① 9:00～11:15(入替時間:11:15～11:25)
②11:25～13:40(入替時間:13:40～13:50)
③13:50～16:05(入替時間:16:05～16:15)
④16:15～18:30(入替時間:18:30～18:45)
⑤18:45～21:00

＊入替時間はプレーは行わず退室してください。

● その他　チケットの発行は開始15分前から終了30分前までとなります。
券売機でチケットをご購入ください。チケットはお一人につき1枚となります。
日曜日の1スパン目は先着順(24名)、2スパン目以降は開始15分前から抽選を行います。月曜日は全てのスパン先着順となります。
日曜日は3コートを6グループで使用していただきます。
日曜・祝日は混み合うため、連続スパンの利用はご遠慮ください。平日で引き続き利用する場合は、一度退室し新たにチケットを購入の上、ご利用ください。
用具は無料で貸出いたします。受付までお申し出ください。(数に限りがございます)

＊抽選方法は裏面をご覧ください。

バドミントン抽選に関するご案内

● 抽選受付時間　＊日曜日の2スパン～5スパン＊

	利 用 時 間	受 付 時 間
②	11:25～13:40	10:55～11:10
③	13:50～16:05	13:20～11:35
④	16:15～18:30	15:45～16:00
⑤	18:45～21:00	18:15～18:30

※各回受付終了後に抽選を行います。

● 定員

1グループ最大10名

● 抽選方法

① 開始15分前までに代表者が受付名簿に利用するメンバーの名前を記入してください。

② 受付時にメンバー全員が揃っていなくても抽選に参加できますが、当選後はメンバーのみでご利用ください。
抽選後にメンバーを追加したり、他のグループと一緒に利用することはできません。

③ できるだけ多くの方にご利用いただくため、申し込み多数の場合は抽選前に他のグループとの共同利用についてお伺いする場合がございます。ご協力をお願いいたします。

④ 各グループの代表者に抽選をしていただきます。

⑤ 抽選後、当選したグループから券売機でチケットを購入していただきます。

⑥ 抽選後に空きがある場合は、先着順となります。

● 問合せ

狛江市民総合体育館　〒201-0003　東京都狛江市和泉本町3-25-1
☎03-3430-1141

狛江市民総合体育館

卓　球

個人開放のご案内

	時間区分	月曜日	木曜日	土曜日
		アリーナ1 B面	アリーナ2	アリーナ1 B面
①	9:00～11:15	卓　球	卓　球	※卓　球(指導員)
②	11:25～13:40	卓　球	卓　球	※卓　球(指導員)
③	13:50～16:05	卓　球	卓　球	
④	16:15～18:30	卓　球	卓　球	
⑤	18:45～21:00	卓　球	卓　球	

● 場　所　月曜日・土曜日：アリーナ1 B面(地下1F)／木曜日：アリーナ2(1F)

● 料　金　市内おとな 250円、市外おとな 500円、高校生以下 100円

＊中学生以下のお子さまの使用は18：30までです。
夜間の使用は保護者または18歳以上の方の同伴が必要です。
ただし、指導員がいる夜間は保護者または18歳以上の方の同伴は必要ございません。

● 時　間　① 9:00～11:15(入替時間:11:15～11:25)
②11:25～13:40(入替時間:13:40～13:50)
③13:50～16:05(入替時間:16:05～16:15)
④16:15～18:30(入替時間:18:30～18:45)
⑤18:45～21:00

＊入替時間はプレーは行わず退室してください。

● その他　チケットの発行は開始15分前から終了30分前までとなります。
券売機でチケットをご購入ください。チケットはお一人につき1枚となります。
土曜・祝日は混み合うため、連続スパンの利用はご遠慮ください。平日で引き続き利用する場合は、一度退室し新たにチケットを購入の上、ご利用ください。
ご入場の際はチケットをスタッフにお渡しください。
用具は無料で貸出いたします。受付までお申し出ください。(数に限りがございます)
偶数月の第3木曜日(祝日の場合は翌日)は休館日となります。

● 問合せ　狛江市民総合体育館
〒201-0003　東京都狛江市和泉本町3-25-1　　☎03-3430-1141

狛江市民総合体育館
ピックルボール
個人開放のご案内

	時間区分	水曜日	土曜日
		アリーナ1 B面	アリーナ1 B面
①	9:00～11:15		
②	11:25～13:40		
③	13:50～16:05		※ピックルボール(指導員) 初心者用コートあり
④	16:15～18:30		※ピックルボール(指導員)
⑤	18:45～21:00	※ピックルボール(指導員)	

● 場　所　アリーナ1 B面(地下1F)

● 料　金　市内おとな 250円、市外おとな 500円、高校生以下 100円

＊中学生以下のお子さまの使用は18:30までです。
夜間の使用は保護者または18歳以上の方の同伴が必要です。
ただし、指導員がいる夜間は保護者または18歳以上の方の同伴は必要ございません。

● 時　間　① 9:00～11:15(入替時間:11:15～11:25)
②11:25～13:40(入替時間:13:40～13:50)
③13:50～16:05(入替時間:16:05～16:15)
④16:15～18:30(入替時間:18:30～18:45)
⑤18:45～21:00

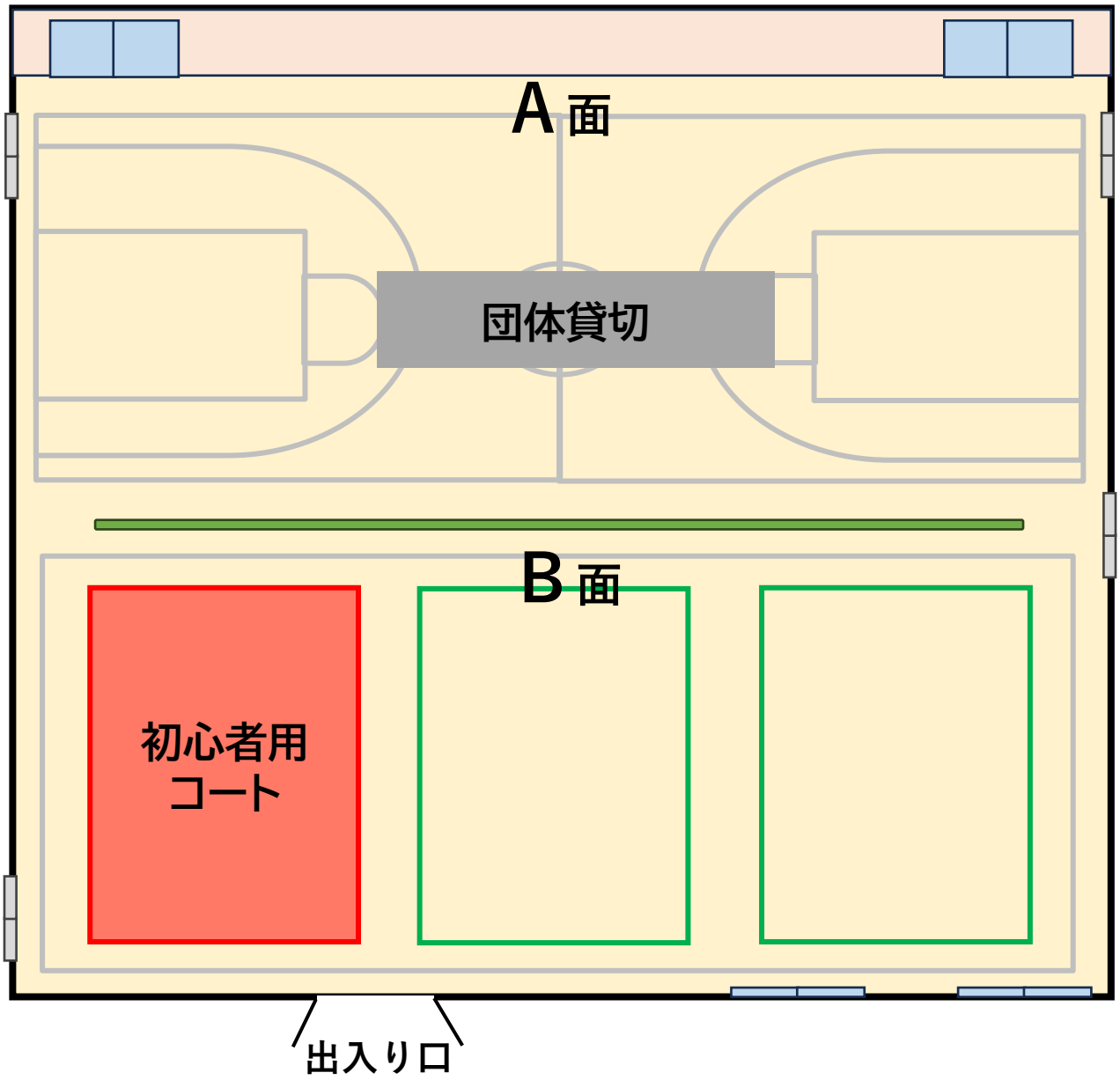
＊入替時間はプレーは行わず退室してください。

● その他　チケットの発行は開始15分前から終了30分前までとなります。
券売機でチケットをご購入ください。チケットはお一人につき1枚となります。
土曜・祝日は混み合うため、連続スパンの利用はご遠慮ください。平日で引き続き利用する場合は、一度退室し新たにチケットを購入の上、ご利用ください。
ご入場の際はチケットをスタッフにお渡しください。
用具は無料で貸出いたします。受付までお申し出ください。(数に限りがございます)
土曜日13:50～16:05のスパンは初心者用コートを設置します。

＊裏面をご覧ください

ピックルボール利用のご案内

土曜日3スパン 13:50～16:05



・土曜日3スパン目は初心者用コートを設置します。
・個人開放は団体貸切ではございません。皆さまが気持ち良く利用できるよう譲り合ってご利用ください。
・ピックルボールは指導員がつきます。指導員の指示に従ってください。
・利用方法をお守りいただけない場合、今後の利用をお断りさせていただきます。

● 問合せ　狛江市民総合体育館
〒201-0003　東京都狛江市和泉本町3-25-1
☎03-3430-1141

狛江市民総合体育館
ビーチボール
個人開放のご案内

	時間区分	土曜日
		アリーナ1 A面
①	9:00～11:15	※ビーチボール(指導員)
②	11:25～13:40	※ビーチボール(指導員)
③	13:50～16:05	
④	16:15～18:30	
⑤	18:45～21:00	

● 場　所　土曜日:アリーナ1 A面(地下1F)
● 料　金　市内おとな 250円、市外おとな 500円、高校生以下 100円
● 時　間　① 9:00～11:15(入替時間:11:15～11:25)
②11:25～13:40(入替時間:13:40～13:50)
③13:50～16:05(入替時間:16:05～16:15)
④16:15～18:30(入替時間:18:30～18:45)
⑤18:45～21:00
＊入替時間はプレーは行わず退室してください。
● その他　チケットの発行は開始15分前から終了30分前までとなります。
券売機でチケットをご購入ください。チケットはお一人につき1枚となります。
土曜・祝日は混み合うため、連続スパンの利用はご遠慮ください。
ご入場の際はチケットをスタッフにお渡しください。
ボールは無料で貸出いたします。受付までお申し出ください。(数に限りがございます)

● 問合せ　狛江市民総合体育館
〒201-0003　東京都狛江市和泉本町3-25-1
☎03-3430-1141

狛江市民総合体育館
バスケットボール
個人開放のご案内

	時間区分	土曜日	
		アリーナ1 A面	アリーナ1 B面
①	9:00～11:15		
②	11:25～13:40		
③	13:50～16:05		
④	16:15～18:30	バスケットボール ＊シュート練習　先着順35名	
⑤	18:45～21:00	※バスケットボール(指導員) ＊ゲーム形式	バスケットボール ＊シュート練習

● 場　所　土曜日:アリーナ1（地下1F）

● 料　金　市内おとな 250円、市外おとな 500円、高校生以下 100円

＊中学生以下のお子さまの使用は18:30までです。
夜間の使用は保護者または18歳以上の方の同伴が必要です。
ただし、指導員がいる夜間は保護者または18歳以上の方の同伴は必要ございません。

● 時　間　① 9:00～11:15(入替時間:11:15～11:25)
②11:25～13:40(入替時間:13:40～13:50)
③13:50～16:05(入替時間:16:05～16:15)
④16:15～18:30(入替時間:18:30～18:45)
⑤18:45～21:00

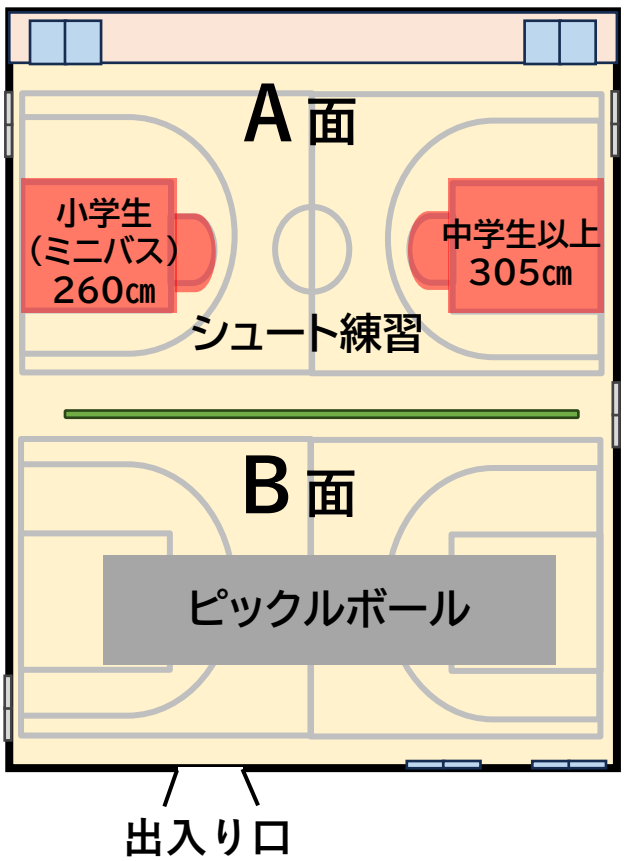
＊入替時間はプレーは行わず退室してください。

● その他　チケットの発行は開始15分前から終了30分前までとなります。
券売機でチケットをご購入ください。チケットはお一人につき1枚となります。
土曜・祝日は混み合うため、連続スパンの利用はご遠慮ください。
ご入場の際はチケットをスタッフにお渡しください。
ボールは無料で貸出いたします。受付までお申し出ください。(数に限りがございます)

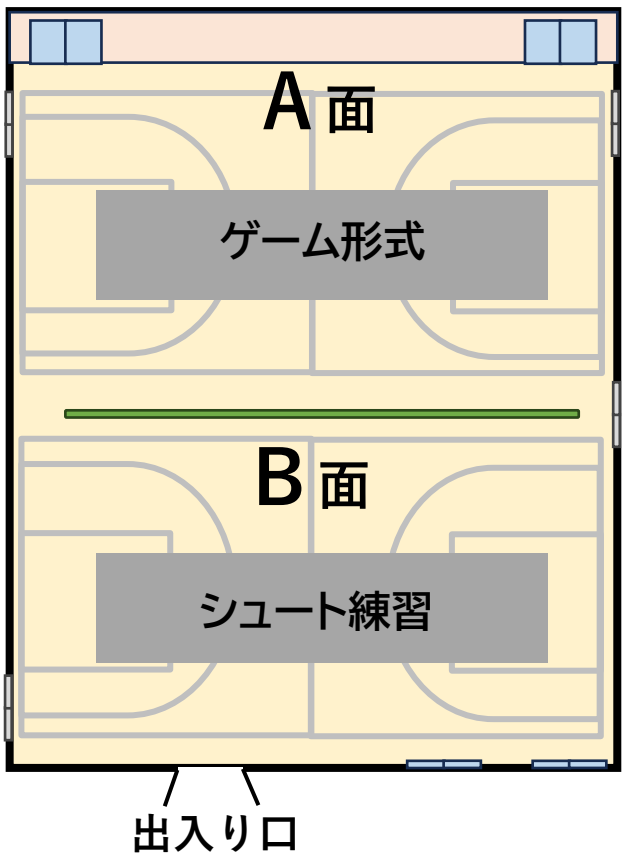
＊裏面をご覧ください。

バスケットボール利用のご案内

4スパン 16:15～18:30
＊シュート練習のみ
左:ミニバス　右:中学生以上



5スパン 18:45～21:00
＊A面ゲーム形式
＊B面シュート練習



・上記の通り、スパンごとに利用方法が異なります。ご確認の上、ご利用ください。
・個人開放は団体貸切ではございません。皆さまが気持ち良く利用できるよう譲り合ってご利用ください。
・怪我の防止として、ご利用の前は十分にウォーミングアップを行ってください。
・ゲーム形式は指導員がつきます。指導員の指示に従ってください。
・利用方法をお守りいただけない場合、今後の利用をお断りさせていただきます。

● 問合せ　狛江市民総合体育館
〒201-0003　東京都狛江市和泉本町3-25-1
☎03-3430-1141