

平成31年4月 ☆スポーツセンター☆ 個人開放予定表

～チケット販売は開放時間の25分前です。～ ※50分より

【個人開放】

大人：250円 子ども：100円（小・中学生）

※障がいのある方、生活保護を受給している方などは、利用料免除となります。
（西東京市・小平市・東村山市・東久留米市・清瀬市以外の方は半額となります）

- ・参加者が多い場合は受付を終了する場合があります。予めご了承下さい。
- ・持物 運動着（ジーンズ以外）室内履き *ボールやシャトル、ラケットは無料で貸出をします。

■バスケットボール

第3・5水曜日 15：15～17：45
金曜日 18：15～20：45
第2土曜日 9：15～11：45

開放日	曜日	場所
5	金	AB
12	金	AB
13	土	AB
17	水	A
19	金	AB
26	金	AB

■バレーボール

第3・5水曜日 15：15～17：45

開放日	曜日	場所
17	水	B



■バドミントン

土曜日 15：15～17：45
日曜日 12：15～14：45

開放日	曜日	場所
6	土	A
7	日	A
13	土	A
14	日	A
20	土	A
27	土	A
28	日	A

■卓球

土曜日 15：15～17：45
日曜日 12：15～14：45

開放日	曜日	場所
6	土	B
7	日	B
13	土	B
14	日	B
20	土	B
27	土	B
28	日	B

■ランニング走路

利用時間 9：00～21：45（2時間制）
料金 大人：100円
小人：50円（中学生以下）
※室内履きが必要です
※大会等により貸切になることがございます。
※下記日程はご利用いただけません。

貸切日	曜日	時間
21	日	9：00～18：00

【当日参加レッスン】

施設使用料のみでご参加いただけます。（各回定員になり次第締め切ります。）持ち物：室内履き 汗拭きタオル 300円/1回（16歳以上の方ご利用いただけます）

教室日	曜日
1	月
4	木
5	金
8	月
11	木
12	金
15	月
18	木
19	金
22	月
25	木
26	金
29	月

- 初めてエアロビクス 月曜日・金曜日 9：10～10：25 80名
- エアロビクス初中級 月曜日 10：30～11：45 80名
- エアロビクス中上級 金曜日 10：30～11：45 80名
- 健康体操 月曜日・木曜日 13：30～14：30 50名

注意事項

- 小・中学生の利用は、原則として18時までです。
18時以降は、15歳以上（中学生を除く）の保護者または指導者の同伴が必要です。（保護者1名につき子ども3名まで）
- 個人開放のご利用枠は3時間単位となりますが、多くの方が快適且つ安全にご利用頂く為にモップがけ・片付けにご協力お願い致します。
尚、着替え・シャワーの時間も含まれますのでご注意ください。

各コース休館日を除きます。

休館日
4/2（火）



【問合せ先】

西東京市スポーツ・運動施設
西東京市スポーツセンター
指定管理者 東京ドームグループ
TEL：042-425-0505
2019年2月28日 更新