

# 2019年5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（シューズ以外）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
3	金	AB
10	金	AB
11	土	A
15	水	A
17	金	AB
24	金	AB
29	水	A
31	金	AB

### 【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
2	木
3	金
6	月
9	木
10	金
13	月
16	木
17	金
20	月
23	木
24	金
27	月
30	木
31	金

### ■バレーボール

第3・5水曜日 15：15～17：45

開放日	曜日	場所
15	水	B
29	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
4	土	A
5	日	A
11	土	A
12	日	A
18	土	A
25	土	A

### ■卓球

土曜日 15：15～17：45  
日曜日 12：15～14：45

開放日	曜日	場所
4	土	B
5	日	B
11	土	B
12	日	B
18	土	B
25	土	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

- 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

各コース休館日を除きます。

## 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かけ・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。

休館日  
5/7（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3月27日

更新