

# 令和元年6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
7	金	全面
8	土	A
14	金	全面
21	金	全面
28	金	全面

### 【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
3	月
6	木
7	金
10	月
13	木
14	金
17	月
20	木
21	金
24	月
27	木
28	金

### ■バレーボール

第3・5水曜日 15：15～17：45

開放日	曜日	場所



### ■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
15	土	A
29	土	A
30	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
15	土	B
29	土	B
30	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
1	土	9時～21時
2	日	9時～18時
9	日	9時～18時
22	日	18時～21時
23	日	9時～22時

- 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。

休館日  
6/4（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4月30日 更新