



種目別個人開放



個人開放の時間帯に各室場（メインアリーナ・サブアリーナ・軽体操室）をご利用いただけます。

曜日	室場	1区分 9:00~12:00	2区分 12:00~15:00	3区分 15:00~18:00	4区分 18:00~21:00	5区分 21:00~22:00	
月	Mアリーナ						
	Sアリーナ				バスケットボール		
	軽体操室						
水	Mアリーナ	バドミントン or 卓球	バドミントン or 卓球	バドミントン or バスケットボール			隔週開催 Mアリーナ：バドミントン Sアリーナ：卓球、バスケットボール
	Sアリーナ				バスケットボール		
	軽体操室						
木	Mアリーナ	卓球 or	卓球 or	卓球 or			隔週開催 Mアリーナ：卓球 Sアリーナ：バドミントン
	Sアリーナ	バドミントン	バドミントン	バドミントン			
	軽体操室						
土	Mアリーナ	①バドミントン/③卓球	①バドミントン/③卓球	①バドミントン/③卓球			一週ごとに ①Mアリーナ：バドミントン ②Sアリーナ：卓球 ③Mアリーナ：卓球 ④Sアリーナ：バドミントン
	Sアリーナ	②卓球/④バドミントン	②卓球/④バドミントン	②卓球/④バドミントン			
	軽体操室						

Mアリーナ：メインアリーナ Sアリーナ：サブアリーナ

※（水）15：00～18：00のバスケットボールの枠は、卓球台の撤収作業を同時に行います。

※ボルダリング、ヨガ等は、曜日を固定せず実施します。月ごとの予定をご覧ください。

ご利用の案内

対象：3歳以上

- 小学3年生以下は、終日18歳以上（保護者）の付添が必要です。バドミントン、卓球、バスケットボール、ヨガ・ストレッチ等は保護者1人につき5人まで。ボルダリングは保護者1人につき2人まで。
- 小学4年生～6年生と中学生が18時以降に利用する場合は、18歳以上（保護者）の送迎が必要です。

料金：市内料金：大人400円、70歳以上300円、子ども（小・中学生）100円

※三鷹市在住・在勤・在学・調布市在住の方は、市民等カードの申請・交付により市内料金となります。三鷹市・調布市在住の70歳以上の方は、高齢者減額カードの申請・交付により70歳以上の料金となります。お持ちでない方は、身分証明書を持参の上、1階受付にて申請してください。なお、三鷹市在住の障がい者手帳をお持ちの方と付き添いの方1名は、無料でご利用できます。詳しくは、窓口までお問い合わせください。

市外料金：大人600円、子ども（小・中学生）150円

利用時間：各時間区分での完全入替制

（区分をまたがったのご利用は、再度チケットを購入してご入場ください。）

利用方法：①券売機にて利用室場の個人利用券を購入し、地下1階受付に提出、半券をお受け取りください。

※「ボルダリング、ヨガ等」は1階軽体操室内で受付を行ってください。詳しくは「ボルダリングボードの利用案内」をご覧ください。

②受付簿に名前を記入し、受付番号の入ったリストバンドを受け取り、手首につけてください。

③利用終了後、片付け・モップ掛けの後、受付でリストバンドをご返却ください。

持ち物：運動できる服、室内用運動靴、用具（必要に応じて、ラケット・シャトルなど）

※用具の貸出はしておりません。

注意事項：⚠️ ご利用中の安全管理はお客様自身で責任をもって行ってください。

ご利用中の事故、ケガは本施設では一切責任を負えませんので予めご了承ください。

⚠️ 大会やイベント等で日程が変更になる場合がございます。

その他：詳細な日程は、月ごとの予定をご覧ください。