

各時間帯（午後①、午後②、夜間）の開始時間5分前
 （※日曜祝日は12：55）に受付を開始します。

| | 月・金(夜間は卓球のみ) | 火・木 | 水 | 土 | 日・祝 |
|-----|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------|-------------------|
| 午後① | 団体利用時間のため 個人利用はできません | 団体利用時間のため 個人利用はできません | 団体利用時間のため 個人利用はできません | 12：00～12：50 | 13：00～13：50 |
| | | | | 10分換気 | 10分換気 |
| | | | | 13：00～13：50 | 14：00～14：50 |
| | | | | 10分換気 | 10分換気 |
| | | | | 14：00～14：45 | 15：00～15：50 |
| | | | | 換気消毒のため使用不可 | 10分換気 |
| 午後② | 15：00～15：50 | 15：00～15：50 | 15：00～15：50 | 15：00～15：50 | 16：00～16：45 |
| | 10分換気 | 10分換気 | 10分換気 | 10分換気 | |
| | 16：00～16：50 | 16：00～16：50 | 16：00～16：50 | 16：00～16：50 | |
| | 10分換気 | 10分換気 | 10分換気 | 10分換気 | |
| | 17：00～17：45 | 17：00～17：45 | 17：00～17：45 | 17：00～17：45 | |
| | 換気消毒のため 使用不可 | | | | 日曜・祝日は 17時閉館です |
| 夜間 | 18：00～18：50 | 18：00～18：50 | 団体利用時間のため 個人利用はできません | 18：00～18：50 | |
| | 10分換気 | 10分換気 | | 10分換気 | |
| | 19：00～19：50 | 19：00～19：50 | | 19：00～19：50 | |
| | 10分換気 | 10分換気 | | 10分換気 | |
| | 20：00～20：45 | 20：00～20：45 | | 20：00～20：45 | |

月・金の夜間は卓球のみ個人です※上履きと道具をご持参ください。ご利用は種目に関わらずお1人1回。