

川崎市多摩スポーツセンタータイムテーブル (2023年10月～)

休館日は休講となります。祝日等、事前に開催日のご確認をお願い致します。
 室内シューズが必要です。(必要なしのクラスもございます。お問い合わせください。)
 教室タイムテーブルは都合により変更になる場合がございます

更新日 2023年10月～

| 時間 | 月曜日 | | | 火曜日 | | | | 水曜日 | | | | 木曜日 | | | | 金曜日 | | | | 土曜日 | | | | | |
|-------|---|---|----------------------------------|------|-------|-----|-----|---|--------------------------------------|-------|-----|---|------|--|---|-----|---|------|------------------------------------|-------|-----|---|--------------------------------------|---|---------|
| | 大体育室 | 研修室 | 大体育室 | 小体育室 | 第2武道室 | プール | テニス | 大体育室 | 小体育室 | 第1武道室 | プール | テニス | 大体育室 | 小体育室 | 第1武道室 | プール | 大体育室 | 大体育室 | 小体育室 | 第2武道室 | プール | テニス | 小体育室 | テニス | アーチェリー場 |
| 9:00 | | | 卓球 対象 小学生以上 9:00-12:00 | | | | | 卓球① (初級・応用) 9:10-10:25 松村・金子 鈴木 | シェイプ アップ 9:15-10:15 植松 | | | 1-C テニス 中学生以上 9:00-10:30 坂本 | | 楊名時 健康太極拳 9:15-10:30 熊澤 | ちよきん 運動 (55才以上) 9:30-10:30 深城 | | バドミントン① (基礎コース) 9:15-10:30 西村 ウエンブレー講師 (杉山) | | モーニング ヨガ 9:15-10:25 高崎 | | | 1-A テニス 中学生以上 初心・初級 9:00-10:30 菅井 | サタデーヨガ 9:15-10:25 水戸部 | 1-A テニス 中学生以上 初心・初級 9:00-10:30 坂本 | |
| 10:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 11:00 | | | | | | | | 卓球② (応用実践) 10:35-11:50 松村・金子 鈴木 | 楽しむ フラダンス 10:30-11:45 SAORI | | | 2-8 テニス 中学生以上 初級・中級 10:40-12:10 坂本 | | やさしい エアロ ピクス 10:45-12:00 中村 (15歳以上) | | | バドミントン② (応用コース) 10:35-11:50 西村 ウエンブレー講師 (杉山) | | エアロピクス 初級 10:45-11:45 阿久津 | | | 2-8 テニス 中学生以上 初級・中級 10:40-12:10 菅井 | リズム キックボクシング 10:45-11:45 新井 | 2-8 テニス 中学生以上 初級・中級 10:40-12:10 坂本 | |
| 12:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 13:00 | | | 卓球 対象 小学生以上 12:10-15:10 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 14:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 15:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 16:00 | バスケットボール 教室 (年中～1年) 15:20-16:20 川崎プレイブ サンダース | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 17:00 | 子ども バドミントン (初心者) 15:50-17:10 樋口 ウエンブレー講師 (杉山) | バスケットボール 教室 (小学校2-4年、 初心者) 16:20-17:20 川崎プレイブ サンダース | 卓球 対象 小学生以上 15:20-18:20 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 18:00 | | バスケットボール 教室 (小学校2-4年、 経験者) 17:20-18:20 川崎プレイブ サンダース | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 19:00 | | バスケットボール 教室 (小学校5年～ 経験者) 18:20-19:20 川崎プレイブ サンダース | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 20:00 | | バスケットボール 教室 (小学生以上～ 経験者) 19:00-19:45 菅井 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 21:00 | | バスケットボール 教室 (小学生以上～ 経験者) 19:00-19:45 菅井 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

- : スポーツデー (球技、武道、弓道、ラケットスポーツ) * 年齢制限の時間帯有
- : テニス教室
- : スポーツ教室 * 年齢制限やレベル分けがございます。
- : 幼児・小学生向け教室

お問い合わせ 044-946-6030
 開館時間 9:00～21:30
 休館日 第4月曜日(祝日の場合は翌日)
 及び年末年始12/29～1/3