

体育室の個人利用について

まずは

利用したい日時が
決定したら

注意！！

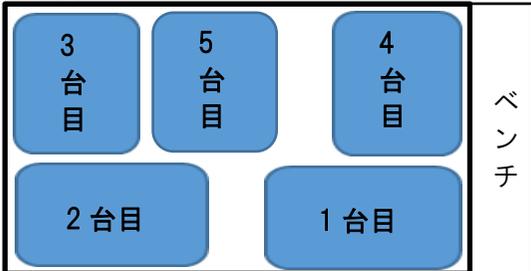
注意！！

- ・ご利用いただける日時をホームページの「空き状況・利用方法」→「体育室（個人利用）」からご確認ください。
- ・ご希望の日時に健康福祉プラザ スポーツセンター 地下1階ギャラリーまでお越しください。
- ・半面は優先競技、残り半面は複数の競技を希望される方が来られた場合、当日抽選にて1競技決定いたします。(※先着順ではございません。)抽選時間は下記の時間で行います。
 - ※抽選時間に他競技を希望される方がいなかった場合、2面とも優先競技となる場合がございます。
 - ・優先の競技は南側を使用させていただきますが、卓球は備品出し入れの関係上、北側を使用させていただきます。また、卓球の台の位置は、抽選で決定します。
 - ・安全管理上、半面の利用を1競技までといたします。また、体育室の利用状況を判断しながら利用人数の制限をさせていただく場合があります。ご理解のほど、よろしくお願いいたします。
 - ・運動ができる服装（スカート、ジーパンは禁止）と室内用シューズが必要です。忘れた場合はご利用いただけません。
 - ・利用時は、場所を譲りあってご利用ください。また、利用場所はスポーツセンターのスタッフの指示に従ってください。
 - ・1人でも利用可能ですが、スポーツセンターのスタッフがお相手をすることはできません。
 - ・利用後は利用部分のみ、モップがけをしていただきます。

	時間	抽選開始	片付け開始	完全退室
午前	9:00~12:00	9:00	11:45	12:00
午後①	13:00~15:00	13:00	14:45	15:00
午後②	15:15~17:15	15:15	17:00	17:15
夜間	18:00~20:45	18:00	20:30	20:45

個人利用可能な競技

- ①卓球 ②バスケットボール ③バレーボール ④ソフトバレーボール ⑤ボッチャ ⑥ふうせんバレーボール ⑦ショートテニス
 ⑧バドミントン ⑨車いすバスケットボール ⑩フライングディスク ⑪ニュースポーツ・レクリエーション ⑫ダンス・体操等

<p>○バスケットボール</p> <ul style="list-style-type: none"> ・シュート、ドリブル、パス練習のみ可能です。試合形式（3対3）等、接触を伴うプレーは禁止です。 ・壁にボールを当てて練習することは禁止です。 	<p>○ふうせんバレーボール</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ふうせんをご持参ください。 ・ネットは張れません。
<p>○フライングディスク</p> <ul style="list-style-type: none"> ・アキュラシーとキャッチディスクができます。 ・ディスタンスはできません。 ・アキュラシーを行う場合、出すことができるゴールは2台です。 ・壁にディスクを当てて練習することは禁止です。 	<p>○ダンス・体操等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ダンス、体操等の利用で音楽を流すことはできませんので、音楽が必要な場合はご自身でイヤホンをご用意ください。 ・体操等は大きな道具、半面全体を使用しないものに限ります。 （例）太極拳、3B体操
<p>○車いすバスケットボール</p> <ul style="list-style-type: none"> ・シュート、ドリブル、パス練習のみ可能です。試合形式（3対3）等、接触を伴うプレーは禁止です。 ・壁にボールを当てて練習することは禁止です。 	<p>○卓球</p> <ul style="list-style-type: none"> ・卓球台や防球フェンスは、利用される方に準備していただきます。 ・配置方法の詳細はマニュアルを置いてありますので、そちらをご確認ください。
<p>○ニュースポーツ・レクリエーション</p> <ul style="list-style-type: none"> ・フロッカー、フープなどができます。 	<p>【配置例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・抽選の結果で右の図のように卓球台をご使用いただきます。 ・防球フェンスは縦6枚、横4枚で設置をお願いします。 
<p>○ボッチャ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・個人利用でご使用いただくボッチャセットは3セットです。 ・当日、他の方と利用していただく場合がございます。 	
<p>○バレーボール・ソフトバレーボール・ショートテニス・バドミントン</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ネットは張れません。また、壁に当てて練習することは禁止です。 	