ー東京都パラスポーツトレーニングセンター ★予約情報★

最新更新日 2023年(令和5年)11月15日

| | | | | | | | J リーグ・ハ | レヴァンカップ | | 予約可能 | | 予約不可 | | 休館日 | |
|--------------------|----------|----------|--------------------|-----------|------|------|---------|---------|--------|----------|---------|------|------|--|--|
| 2023年(令和5年) 11月 | | 区分 | 時間 | 体育室 | トレーニ | ニング室 | 多目的室 | 小多目的室 | 小体育室1 | 小体育室 2 | 多目的スタジオ | 集会室A | 集会室B | 集会室C | |
| 1日 | | 午前 | 9時~13時 | | | | | | | | | | | | |
| 10 | 水曜日 | 午後 夜間 | 13時~17時 17時~21陣 | | | 1 | | | | | | | | - | |
| | | 午前 | 9時~13時 | | | | | | | | | | | | |
| 2日 | 木曜日 | 午後 | 13時~17時 | | | | | | | | | | | | |
| | | 夜間 | 17時~21陣 | | | | | | | | | | | | |
| 3日 | 金曜日 | 午前 午後 | 9時~13時 13時~17時 | | | | | | | | | | | | |
| | | 夜間 | 17時~21陣 | | | | | | | | | | | | |
| 45 | Lmo | 午前 | 9時~13時 | | | | | | | | | | | | |
| 4日 | 土曜日 | 午後 夜間 | 13時~17時 17時~21陣 | | | 1 | | | | | | | | - | |
| | | 午前 | 9時~13時 | | | | | | | | | | | | |
| 5日 | 日曜日 | 午後亅 | 13時~17時 | | | | | | | | | | | | |
| | | 夜間 午前 | 17時~21陣 9時~13時 | | | | | | | | | | | | |
| 6日 | 月曜日 | 午後 | 13時~13時 | | | 1 | | | | | | | | | |
| | | 夜間 | 17時~21陣 | | | | | | | | | | | | |
| 70 | /L 000 🗆 | 午前 | 9時~13時 | | | | | | | | | | | | |
| 7日 | 火曜日 | 午後 夜間 | 13時~17時 17時~21陣 | | | | | | | | | | | - | |
| | | 午前 | 9時~13時 | | | | | | | | | | | | |
| 8日 | 水曜日 | 午後 | 13時~17時 | | | 1 | | | • | | | | | | |
| | | 夜間 午前 | 17時~21陣 9時~13時 | | | | | | | | | | | | |
| 9日 | 木曜日 | 午後 | 13時~13時 | | | 1 | | | | | | | | | |
| | | 夜間 | 17時~21陣 | | | | | | | | | | | | |
| 10日 | 金曜日 | 午前 | 9時~13時 | 休館日 | | | | | | | | | | | |
| | | 午後 夜間 | 13時~17時 17時~21陣 | | | | | | | | | | | | |
| | | 午前 | 9時~13時 | | | | | | | | | | | | |
| | | 午後 | 13時~17時 | (778) 休館日 | | | | | | | | | | | |
| | | 夜間 午前 | 17時~21陣 9時~13時 | | | | | | | | | | | | |
| 12日 | 日曜日 | 午後 | 13時~17時 | | | | | | 休館日 | | | | | | |
| | | 夜間 | 17時~21陣 | | | | | | | | | | | | |
| 13日 | 月曜日 | 午前 | 9時~13時 | | | | | | | | | | | | |
| | | 午後 夜間 | 13時~17時 17時~21陣 | | | 1 | | | | | | | | | |
| 14日 | 火曜日 | 午前 | 9時~13時 | | | | | | | | | | | | |
| | | 午後 | 13時~17時 | | | | | | | | | | | | |
| | | 夜間 午前 | 17時~21陣 9時~13時 | | | | | | | | | | | | |
| 15日 | 水曜日 | 午後 | 13時~17時 | | | 1 | | | | | | | | | |
| | | 夜間 | 17時~21陣 | | | | | | | | | | | | |
| 16日 | 木曜日 | 午前 午後 | 9時~13時 13時~17時 | | | | | | | | | | 1 | | |
| | | 夜間 | 17時~21陣 | | | | | | | | | | | | |
| | | 午前 | 9時~13時 | | | | | | | | | | | | |
| 17日 | 金曜日 | 午後 | 13時~17時 | | | | | | | | | | | | |
| | | 夜間 午前 | 17時~21陣 9時~13時 | | | l . | | | | l | | | | | |
| 18日 | 土曜日 | 午後 | 13時~17時 | 休館日 | | | | | | | | | | | |
| | | 夜間 | 17時~21陣 | | | | | | | | | | | | |
| 19日 | 日曜日 | 午前午後 | 9時~13時 13時~17時 | | | | | | 休館日 | | | | | | |
| | | 夜間 | 17時~21陣 | | | | | | ггад ш | | | | | | |
| 205 | 8820 | 午前 | 9時~13時 | | | | | | | | | | | | |
| 20日 | 月曜日 | 午後 夜間 | 13時~17時 17時~21陣 | | | 1 | | 1 | | - | | | | | |
| | T | 午前 | 9時~13時 | | | | | | | | | | | | |
| 21日 | 火曜日 | 午後 | 13時~17時 | | | | | | | | | | | | |
| | | 夜間 午前 | 17時~21陣 9時~13時 | | | - | | | | | | | | | |
| 22日 | 水曜日 | 午後 | 13時~17時 | | | 1 | | | | | | | | | |
| | | 夜間 | 17時~21陣 | | | | | | | | | | | | |
| 23日 | 木曜日 | 午前午後 | 9時~13時 13時~17時 | | | - | | | | | | | | | |
| | -1 | 夜間 | 17時~21陣 | | | | | | | | | | | | |
| 24日 | | 午前 | 9時~13時 | | | | | | • | | | | | | |
| | 金曜日 | 午後 夜間 | 13時~17時 17時~21陣 | | | | 1 | | | | | | | | |
| | | 午前 | 9時~13時 | | | - | | | | | | | | | |
| 25日 | 土曜日 | 午後亅 | 13時~17時 | | | 1 | | | | | | | | | |
| | | 夜間 午前 | 17時~21陣 9時~13時 | | | | 1 | | | | | | | | |
| 26日 | 日曜日 | 午後 | 9時~13時 | | | | | | | | | | | | |
| | | 夜間 | 17時~21陣 | | | | | | | | | | | | |
| 27日 | 8000 | 午前 | 9時~13時 | | | | | | - | | | | | | |
| | 月曜日 | 午後 夜間 | 13時~17時 17時~21陣 | | | 1 | | | | | | | | | |
| | | 午前 | 9時~13時 | | | | | | | | | | | | |
| 28日 | 火曜日 | 午後 | 13時~17時 | | | | | | | | | | | | |
| | - | 夜間 午前 | 17時~21陣 9時~13時 | | | - | | | | | | | | | |
| 29日 | 水曜日 | 午後 | 13時~15時 | | | 1 | | 1 | | 1 | | | | | |
| | | 夜間 | 17時~21陣 | | | | | | | | | | | | |
| 30日 | + | 午前 | 9時~13時 | | | | | | - | | | | | | |
| 30日 | 木曜日 | 午後 夜間 | 13時~17時 17時~21陣 | | | - | | | | - | | | | | |
| | | IV(III) | My 44pm | | | | 1 | 1 | | | ı | | i | | |