	室内									屋外		
	1F				2F		3F					
	第一武道場	第二武道場	第三武道場	プール	大体育室	ジム	小体育室	スタジオ	幼児体育室	運動場		運動遊び場
9:00			【アーチェリー】 体験会 9:00-12:00	【スイミング】 松田丈志氏 寺村美穂氏 SPEED＆TIPNESS コラボイベント (要予約)	【体力測定】 渋谷 ユナイテッド 9:00-12:00 (受講生のみ)	【終日】 一般利用可		【親子レッスン】 9:00-12:00 ※詳細スケジュールは別紙参照	フリー利用	【ラグビー】 JAPAN RUGBY LEAGUE ONE リコーブラックラムズ東京 体験会 9:00ー12:00	【キッチンカー】 【休憩スペース】 9:00-16:00	開放
9:30												
10:00							【バスケ体験】 B.LEAGUE アルバルク東京 10:00-11:30 (要予約)					
10:30												
11:00												
11:30							【リズムダンス体験】 B.LEAGUE サンロッカーズ 渋谷 11:40-12:30 (当日参加可)					
12:00		【ダーツ】 体験会 9:00-16:00			【代々木警察&プロレス】 ～ねば～る君 アルバルク東京チア～	ベンチプレス 測定会 12:00-13:00		【特別レッスン】 BODY COMBAT +テクニック 12:15-13:05				
12:30												
13:00	【フェンシング】 体験 13:00-16:00		【弓道】 体験会 立教大学 弓道同好会 13:00-16:00		ZERO1 栃木プロレス & ねばーる君 イベント & アルバルク東京 チア & 体力測定 ビックルボール 12:00-16:00	※ベンチプレス 体験会は パワーラックのみ 使用 その他、 一般利用可	【ボッチャ】 体験会 13:00-16:00	【チア体験】 アルバルク東京 14:00-14:40 (当日参加可)		【アルティメット】 体験会 フリスビー プレゼント 13:00ー16:00		
14:00												
14:30												
15:00												
15:30												
16:00				詳細のスケジュールは別紙参照下さい！								【焚火】 マシュマロ 焼き芋
16:30							レズミルズ イベントレッスン 16:30-19:00 ※TIPX渋谷提供 (要予約・有料)					
17:00				17:00～ 一般利用可 プール無料開放								
17:30												
18:00												
18:30												
19:00												
19:30												
20:00												