

文京総合体育館 2025年 10月1日(水)～10月5日(日) プールカレンダー

文京区本郷7-1-2
03-3814-4271

個人利用時間

12:00～22:30 (最終入場 22:00・プール退場 22:15)

料 金

大人 ¥550 / 子ども ¥230

シルバー会員(65～69歳) ¥280 / セニア会員(70～79歳)・J-カード会員(80歳以上) 無 料

※ご利用は着替えを含め1回2時間以内(毎時55分から点検のため5分間の休憩をとります。)

※シルバー・セニア・J-カードは会員登録制です。

ご登録には住所・年齢が確認できる身分証と印鑑、写真(2.5×2cm)を持参ください。

※10月2日(木) 16:45～18:10は区主催の水泳教室のため入場不可となります。

ワンポイントレッスン・小学生プール検定 (毎週火・日曜日)

【火曜日】 ※フリーコースの一部を使用します

利用 13:30～15:00 15:30～17:00 18:30～20:00

検 定 13:55/14:55/15:55/16:55/18:55 ※休憩時間中に実施

【日曜日】 ※50M往復コースを1レーン使用します

※グループ形態でのレッスンとなります

利用 14:00～14:30 16:00～16:30

検 定 13:55/14:55/15:55/16:55 ※休憩時間中に実施

※小学生プール検定の実施時間が通常と異なりますのでご了承ください。

時間	9月29日(月)						9月30日(火)						10月1日(水)						10月2日(木)						10月3日(金)						時間	10月4日(土)						10月5日(日)						時間																																																																																																																																																																								
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6		1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6																																																																																																																																																																									
9:45													団体貸切						団体貸切						団体貸切						9:45	団体貸切						団体貸切						9:45																																																																																																																																																																								
10:00																																																		団体貸切						団体貸切						団体貸切						10:00	団体貸切						団体貸切						10:00																																																																																																																																			
11:00																																																																																							団体貸切						団体貸切						団体貸切						11:00	団体貸切						団体貸切						11:00																																																																																														
12:00																																																																																																																												団体貸切						団体貸切						団体貸切						12:00	団体貸切						団体貸切						12:00																																																									
13:00																																																																																																																																																																	団体貸切						団体貸切						団体貸切						13:00	団体貸切						団体貸切						13:00																				
14:00																																																																																																																																																																																																						団体貸切						団体貸切						団体貸切		
15:00													団体貸切						団体貸切						団体貸切												15:00	団体貸切																																																																																																																																																																														
16:00																																												団体貸切						団体貸切						団体貸切						16:00	団体貸切											団体貸切						16:00																																																																																																																																				
17:00																																																																																団体貸切						団体貸切						団体貸切						17:00	団体貸切												団体貸切						17:00																																																																																															
18:00																																																																																																																					団体貸切						団体貸切						団体貸切						18:00	団体貸切												団体貸切						18:00																																																										
19:00																																																																																																																																																										団体貸切						団体貸切						団体貸切						19:00	団体貸切												団体貸切						19:00																					
20:00																																																																																																																																																																																															団体貸切						団体貸切						団体貸切						20:00	団体貸切		
21:00													団体貸切						団体貸切						団体貸切																		21:00																																																																																																																																																																						団体貸切			
22:15																																											団体貸切						団体貸切						団体貸切						22:15							団体貸切							団体貸切																																																																																																																																									

- * お客様の利用状況によっては、コースを変更することがあります。予めご了承ください。
- * ご利用の際はスイミングキャップを必ず着用し、髪の毛はキャップの中にしまってください。
- * 小学校4年生以下のお子様は保護者(中学生を除く15歳以上)の付き添いが必要です。
- * 日常生活でオムツを使用している方のご入場はできません。
- * ジャグジー・幼児プールは、水入替を実施することがある為、利用できない場合がございます。
- * 枠内は指定管理者東京ドームグループが主催するレッスンで使用いたします。
- * 営業時間、休憩時間は変更となる場合があります。館内掲示やHP、SNSも併せてご確認ください。

※ 片・・・25M片道コース
往・・・50M往復コース



体育館HP

文京総合体育館 2025年 10月6日(月)～10月12日(日)プールカレンダー

文京区本郷7-1-2
03-3814-4271

個人利用時間

12:00～22:30 (最終入場 22:00・プール退場 22:15)

料 金

大人 ¥550 / 子ども ¥230

シルバー会員(65～69歳) ¥280 / セニア会員(70～79歳)・ジュニア会員(80歳以上) 無料

※ご利用は着替えを含め1回2時間以内(毎時55分から点検のため5分間の休憩をとります。)

※シルバー・セニア・ジュニアは会員登録制です。

ご登録には住所・年齢が確認できる身分証と印鑑、写真(2.5×2cm)を持参ください。

※10月6日(月)・10月9日(木)16:45～18:10は区主催の水泳教室のため入場不可となります。

ワンポイントレッスン・小学生プール検定(毎週火・日曜日)

【火曜日】※フリーコースの一部を使用します

利用 13:30～15:00 15:30～17:00 18:30～20:00

検定 13:55/14:55/15:55/16:55/18:55 ※休憩時間中に実施

【日曜日】※50M往復コースを1レーン使用します

※グループ形態でのレッスンとなります

利用 14:00～14:30 16:00～16:30

検定 13:55/14:55/15:55/16:55 ※休憩時間中に実施

※小学生プール検定の実施時間が通常と異なりますのでご了承ください。

時間	10月6日(月)						10月7日(火)						10月8日(水)						10月9日(木)						10月10日(金)						時間	10月11日(土)						10月12日(日)						時間																															
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6		1	2	3	4	5	6																																						
9:45	団体貸切						団体貸切						団体貸切						団体貸切						団体貸切						9:45	団体貸切						団体貸切						9:45																															
10:00	団体貸切						団体貸切						団体貸切						団体貸切						団体貸切						10:00	団体貸切						団体貸切						10:00																															
11:00	団体貸切						団体貸切						団体貸切						団体貸切						団体貸切						11:00	団体貸切						団体貸切						11:00																															
12:00	往	片	片			フリーコース	往	往	片	片			往	片	片			フリーコース	往	片	片			フリーコース	往	片	片			フリーコース	往	往	片	片			フリーコース	12:00	往	往	片	片			フリーコース	往	往	片	片			フリーコース	12:00																						
13:00		片	片					往	片	片				往	片	片				往	片	片				往	片	片				往	往	片	片				往	往	片	片				往	往	片	片				13:00	往	往	片	片				往	往	片	片				13:00							
14:00		往	片						往	片					往	片					往	片					往	片					往	往	片					往	往	片					往	往	片					14:00	往	往	片					往	往	片					14:00						
15:00			片							片						片						片						片					往	往	片	片					往	往	片	片					往	往	片	片					15:00	往	往	片	片					往	往	片	片					15:00	
16:00	自主事業															片						片					片						往	往	片	片					往	往	片	片					往	往	片	片					16:00	往	往	片	片					往	往	片	片					16:00	
17:00	小学生水泳教室(区主催) 16:45～18:10まで入場不可																片						片					片						往	往	片	片					往	往	片	片					往	往	片	片					17:00	往	往	片	片					往	往	片	片					17:00
18:00	自主事業															片						片					片							往	往	片	片					往	往	片	片					往	往	片	片					18:00	往	往	片	片					往	往	片	片					18:00
19:00		片	片													片						片					片							往	往	片	片					往	往	片	片					往	往	片	片					19:00	往	往	片	片					往	往	片	片					19:00
20:00		片	片													片						片					片							往	往	片	片					往	往	片	片					往	往	片	片					20:00	往	往	片	片					往	往	片	片					20:00
21:00		片	片													片						片					片							往	往	片	片					往	往	片	片					往	往	片	片					21:00	往	往	片	片					往	往	片	片					21:00
22:15	往	往	片	片												往	往	片	片							往	往	片	片					往	往	片	片					往	往	片	片					往	往	片	片					22:15	往	往	片	片					往	往	片	片					22:15

- * お客様の利用状況によっては、コースを変更することがあります。予めご了承ください。
- * ご利用の際はスイミングキャップを必ず着用し、髪の毛はキャップの中にしまってください。
- * 小学校4年生以下のお子様は保護者(中学生を除く15歳以上)の付き添いが必要です。
- * 日常生活でオムツを使用している方のご入場はできません。
- * ジャグジー・幼児プールは、水入替を実施することがある為、利用できない場合がございます。
- * 枠内は指定管理者東京ドームグループが主催するレッスンで使用いたします。
- * 営業時間、休憩時間は変更となる場合があります。館内掲示やHP、SNSも併せてご確認ください。

※ 片・・・25M片道コース
往・・・50M往復コース



体育館HP

文京総合体育館 2025年 10月13日(月)～10月19日(日)プールカレンダー

文京区本郷7-1-2
03-3814-4271

個人利用時間

料 金

12:00～22:30 (最終入場 22:00・プール退場 22:15)

大人 ¥550 / 子ども ¥230

シルバー会員(65～69歳) ¥280 / セミニール会員(70～79歳)・ジュニール会員(80歳以上) 無料

※ご利用は着替えを含め1回2時間以内(毎時55分から点検のため5分間の休憩をとります。)

※シルバー・セミニール・ジュニールは会員登録制です。

ご登録には住所・年齢が確認できる身分証と印鑑、写真(2.5×2cm)を持参ください。

※10月16日(木) 16:45～18:10は区主催の水泳教室のため入場不可となります。

ワンポイントレッスン・小学生プール検定 (毎週火・日曜日)

【火曜日】 ※フリーコースの一部を使用します

利用 13:30～15:00 15:30～17:00 18:30～20:00

検定 13:55/14:55/15:55/16:55/18:55 ※休憩時間中に実施

【日曜日】 ※50M往復コースを1レーン使用します

※グループ形態でのレッスンとなります

利用 14:00～14:30 16:00～16:30

検定 13:55/14:55/15:55/16:55 ※休憩時間中に実施

※小学生プール検定の実施時間が通常と異なりますのでご了承ください。

時間	10月13日(月)						10月14日(火)						10月15日(水)						10月16日(木)						10月17日(金)						時間	10月18日(土)						10月19日(日)						時間																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6		1	2	3	4	5	6																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
9:45	団体貸切						団体貸切						団体貸切						団体貸切						団体貸切						9:45	団体貸切						団体貸切						9:45																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			
10:00	団体貸切						団体貸切						団体貸切						団体貸切						団体貸切						10:00	団体貸切						団体貸切						10:00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			
11:00	団体貸切						団体貸切						団体貸切						団体貸切						団体貸切						11:00	団体貸切						団体貸切						11:00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			
12:00	団体貸切						団体貸切						団体貸切						団体貸切						団体貸切						12:00	団体貸切						団体貸切						12:00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			
13:00	往	片	片	片	片	フリーコース	往	往	片	片	片	片	往	片	片	片	片	片	往	片	片	片	片	片	往	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	往	往	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片</

- * お客様の利用状況によっては、コースを変更することがあります。予めご了承ください。
- * ご利用の際はスイミングキャップを必ず着用し、髪の毛はキャップの中にしまってください。
- * 小学校4年生以下のお子様は保護者(中学生を除く15歳以上)の付き添いが必要です。
- * 日常生活でオムツを使用している方のご入場はできません。
- * ジャグジー・幼児プールは、水入替を実施することがある為、利用できない場合がございます。
- * 枠内は指定管理者東京ドームグループが主催するレッスンで使用いたします。
- * 営業時間、休憩時間は変更となる場合があります。館内掲示やHP、SNSも併せてご確認ください。

※ 片・・・25M片道コース
往・・・50M往復コース



体育館HP

文京総合体育館 2025年 10月20日(月)～10月26日(日)プールカレンダー

文京区本郷7-1-2
03-3814-4271

個人利用時間

12:00～22:30 (最終入場 22:00・プール退場 22:15)

料 金

大人 ¥550 / 子ども ¥230

シルバー会員(65～69歳) ¥280 / セニア会員(70～79歳)・ジュニア会員(80歳以上) 無料
※ご利用は着替えを含め1回2時間以内(毎時55分から点検のため5分間の休憩をとります。)

※シルバー・セニア・ジュニアは会員登録制です。
ご登録には住所・年齢が確認できる身分証と印鑑、写真(2.5×2cm)を持参ください。

※10月20日(月)・10月23日(木)16:45～18:10は区主催の水泳教室のため入場不可となります。

ワンポイントレッスン・小学生プール検定 (毎週火・日曜日)

【火曜日】 ※フリーコースの一部を使用します

利用 13:30～15:00 15:30～17:00 18:30～20:00

検定 13:55/14:55/15:55/16:55/18:55 ※休憩時間中に実施

【日曜日】 ※50M往復コースを1レーン使用します

※グループ形態でのレッスンとなります

利用 14:00～14:30 16:00～16:30

検定 13:55/14:55/15:55/16:55 ※休憩時間中に実施

※小学生プール検定の実施時間が通常と異なりますのでご了承ください。

時間	10月20日(月)						10月21日(火)						10月22日(水)						10月23日(木)						10月24日(金)						時間	10月25日(土)						10月26日(日)						時間																																																						
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6		1	2	3	4	5	6																																																													
9:45	団体貸切						団体貸切						団体貸切						団体貸切						団体貸切						9:45	団体貸切						団体貸切						9:45																																																						
10:00																															団体貸切													団体貸切						団体貸切						団体貸切						10:00	団体貸切						団体貸切						10:00																							
11:00																																																														団体貸切													団体貸切						団体貸切						団体貸切						11:00	団体貸切				
12:00	団体貸切						団体貸切						団体貸切						団体貸切						団体貸切												団体貸切						12:00																																																		団体貸切					
13:00																															団体貸切												団体貸切						団体貸切						団体貸切						団体貸切							団体貸切						13:00																								
14:00																																																																			団体貸切							団体貸切						団体貸切						団体貸切						団体貸切						
15:00	団体貸切						団体貸切						団体貸切						団体貸切						団体貸切												団体貸切																																																													15:00
16:00																															団体貸切												団体貸切						団体貸切						団体貸切						団体貸切												団体貸切																									16:00
17:00																																																																			団体貸切												団体貸切						団体貸切						団体貸切						団体貸切	
18:00	団体貸切						団体貸切						団体貸切						団体貸切						団体貸切												団体貸切																																																													
19:00																															団体貸切												団体貸切						団体貸切						団体貸切						団体貸切												団体貸切																									
20:00																																																																			団体貸切												団体貸切						団体貸切						団体貸切						団体貸切	
21:00	団体貸切						団体貸切						団体貸切						団体貸切						団体貸切												団体貸切																																																													
22:15																															団体貸切												団体貸切						団体貸切						団体貸切						団体貸切												団体貸切																									

- * お客様の利用状況によっては、コースを変更することがあります。予めご了承ください。
- * ご利用の際はスイミングキャップを必ず着用し、髪の毛はキャップの中にしまってください。
- * 小学校4年生以下のお子様は保護者(中学生を除く15歳以上)の付き添いが必要です。
- * 日常生活でオムツを使用している方のご入場はできません。
- * ジャグジー・幼児プールは、水入替を実施することがある為、利用できない場合がございます。
- * 枠内は指定管理者東京ドームグループが主催するレッスンで使用いたします。
- * 営業時間、休憩時間は変更となる場合があります。館内掲示やHP、SNSも併せてご確認ください。

※ 片・・・25M片道コース
往・・・50M往復コース



体育館HP

文京総合体育館 2025年 10月27日(月)～10月31日(金) プールカレンダー

文京区本郷7-1-2
03-3814-4271

個人利用時間

12:00～22:30 (最終入場 22:00・プール退場 22:15)

料 金

大人 ¥550 / 子ども ¥230

シルバー会員(65～69歳) ¥280 / セニア会員(70～79歳)・ジュニア会員(80歳以上) 無 料

※ご利用は着替えを含め1回2時間以内(毎時55分から点検のため5分間の休憩をとります。)

※シルバー・セニア・ジュニアは会員登録制です。

ご登録には住所・年齢が確認できる身分証と印鑑、写真(2.5×2cm)を持参ください。

※10月27日(月)・10月30日(木)16:45～18:10は区主催の水泳教室のため入場不可となります。

ワンポイントレッスン・小学生プール検定 (毎週火・日曜日)

【火曜日】 ※フリーコースの一部を使用します

利用 13:30～15:00 15:30～17:00 18:30～20:00

検 定 13:55/14:55/15:55/16:55/18:55 ※休憩時間中に実施

【日曜日】 ※50M往復コースを1レーン使用します

※グループ形態でのレッスンとなります

利用 14:00～14:30 16:00～16:30

検 定 13:55/14:55/15:55/16:55 ※休憩時間中に実施

※小学生プール検定の実施時間が通常と異なりますのでご了承ください。

時間	10月27日(月)						10月28日(火)						10月29日(水)						10月30日(木)						10月31日(金)						時間	11月1日(土)						11月2日(日)						時間																																				
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6		1	2	3	4	5	6																																											
9:45	団体貸切						団体貸切						団体貸切						団体貸切						団体貸切						9:45													9:45																																				
10:00																															団体貸切													団体貸切						団体貸切						団体貸切						10:00													10:00					
11:00																																																														団体貸切													団体貸切					
12:00	往	片	片	フリーコース			往	往	片	片	フリーコース			往	片	片	フリーコース			往	片	片	フリーコース			12:00													12:00																																									
13:00		片	片	フリーコース				往	往	片				片		往	片	片	フリーコース				片	片	フリーコース															片	片	フリーコース			13:00													13:00																						
14:00	往	片	片	フリーコース				往	往	片				片		往	片	片	フリーコース				片	片	フリーコース															片	片	フリーコース			14:00																									14:00										
15:00	自主事業		片	片	フリーコース			自主事業		往		往		フリーコース		自主事業		片	片	フリーコース			自主事業		片		片		フリーコース		15:00													15:00																																				
16:00	自主事業		片	片	フリーコース											自主事業		片	片	フリーコース											自主事業													片	片	フリーコース			16:00																					16:00										
17:00	小学生水泳教室(区主催) 16:45～18:10まで入場不可						自主事業									片	片	フリーコース			小学生水泳教室(区主催) 16:45～18:10まで入場不可										自主事業													片	片	フリーコース			17:00																									17:00						
18:00	自主事業	片	片	フリーコース			自主事業		片	片	フリーコース			自主事業		片	片	フリーコース			18:00													18:00																																														
19:00	自主事業	片	片	フリーコース			自主事業		片	片	フリーコース			自主事業		片	片	フリーコース			19:00																									19:00																																		
20:00	自主事業	片	片	フリーコース			自主事業		片	片	フリーコース			自主事業		片	片	フリーコース			20:00																																					20:00																						
21:00	自主事業	片	片	フリーコース			自主事業		片	片	フリーコース			自主事業		片	片	フリーコース			21:00																																					21:00																						
22:15	往	往	片	片	フリーコース			往	往	片	片	フリーコース			往	往	片	片	フリーコース															22:15																								22:15																						

- * お客様の利用状況によっては、コースを変更することがあります。予めご了承ください。
- * ご利用の際はスイミングキャップを必ず着用し、髪の毛はキャップの中にしまってください。
- * 小学校4年生以下のお子様は保護者(中学生を除く15歳以上)の付き添いが必要です。
- * 日常生活でオムツを使用している方のご入場はできません。
- * ジャグジー・幼児プールは、水入替を実施することがある為、利用できない場合がございます。
- * 枠内は指定管理者東京ドームグループが主催するレッスンで使用いたします。
- * 営業時間、休憩時間は変更となる場合があります。館内掲示やHP、SNSも併せてご確認ください。

※ 片・・・25M片道コース
往・・・50M往復コース



体育館HP