

文京総合体育館 2025年 11月1日(土)～11月2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-ネット会員(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-ネットは会員登録制です。

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。

※更衣室工事に伴い11月1日(土)から12月2日(火)までプールは全面休場となります。

ワンポイントレッスン・小学生プール検定 (毎週火・日曜日)

プール休場のため
12月2日(火)まで
ワンポイントレッスン・小学生プール検定の
実施はございません

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	1	2	3	4	5	6	
9:45																																9:45												9:45
10:00																																10:00												10:00
11:00																																11:00												11:00
12:00																																12:00												12:00
13:00																																13:00												13:00
14:00																																14:00												14:00
15:00																																15:00												15:00
16:00																																16:00												16:00
17:00																																17:00												17:00
18:00																																18:00												18:00
19:00																																19:00												19:00
20:00																																20:00												20:00
21:00																																21:00												21:00
22:15																																22:15												22:15

11/1(土)
～
12/2(火)
更衣室工事に伴い
全面休場

- * 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

文京区本郷7-1-2
03-3814-4271

料 金

大人 ￥550 / 子ども ￥230
 シバ-会員(65～69歳) ￥280 / セミ-ルト 会員(70～79歳)・J-ルト 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。)
 ※シバ-・セミ-ルト・J-ルトは会員登録制です。
 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。

※更衣室工事に伴い11月1日（土）から12月2日（火）までプールは全面休場となります。

プール休場のため
12月2日（火）まで
ワンポイントレッスン・小学生プール検定の
実施はございません

時間	11月3日(月)						11月4日(火)						11月5日(水)						11月6日(木)						11月7日(金)						時間	11月8日(土)						11月9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	11/1(土) ～ 12/2(火) 更衣室工事に伴い 全面休場																																										9:45	11/1(土) ～ 12/2(火) 更衣室工事に伴い 全面休場																																										9:45
10:00																																											10:00																																											
11:00																																											11:00																																											
12:00																																											12:00																																											
13:00																																											13:00																																											
14:00																																											14:00																																											
15:00																																											15:00																																											
16:00																																											16:00																																											
17:00																																											17:00																																											
18:00																																											18:00																																											
19:00																																											19:00																																											
20:00																																											20:00																																											
21:00																																											21:00																																											
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

文京総合体育館 2025年 11月10日(月)～11月16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
 シニア会員(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。)
 ※シニア・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。

※更衣室工事に伴い11月1日(土)から12月2日(火)までプールは全面休場となります。

ワンポイントレッスン・小学生プール検定 (毎週火・日曜日)

プール休場のため
12月2日(火)まで
ワンポイントレッスン・小学生プール検定の
実施はございません

時間	11月10日(月)						11月11日(火)						11月12日(水)						11月13日(木)						11月14日(金)						時間	11月15日(土)						11月16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	11/1(土) ～ 12/2(火) 更衣室工事に伴い 全面休場																														9:45	11/1(土) ～ 12/2(火) 更衣室工事に伴い 全面休場																														9:45
10:00																															10:00																															
11:00																															11:00																															
12:00																															12:00																															
13:00																															13:00																															
14:00																															14:00																															
15:00																															15:00																															
16:00																															16:00																															
17:00																															17:00																															
18:00																															18:00																															
19:00																															19:00																															
20:00																															20:00																															
21:00																															21:00																															
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

文京区本郷7-1-2
03-3814-4271

料金

大人 ￥550 / 子ども ￥230
 ヌバ-会員(65～69歳) ￥280 / セミ-ルト 会員(70～79歳)・J-ルト 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。)
 ※ヌバ-・セミ-ルト・J-ルトは会員登録制です。
 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。

プール休場のため
12月2日（火）まで
ワンポイントレッスン・小学生プール検定の
実施はございません

時間	11月17日(月)						11月18日(火)						11月19日(水)						11月20日(木)						11月21日(金)						時間	11月22日(土)						11月23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																																																	9:45
10:00																																																	10:00
11:00																																																	11:00
12:00																																																	12:00
13:00																																																	13:00
14:00																																																	14:00
15:00																																																	15:00
16:00																																																	16:00
17:00																																																	17:00
18:00																																																	18:00
19:00																																																	19:00
20:00																																																	20:00
21:00																																																	21:00
22:15																																																	22:15

- ※ 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 11月24日(月)～11月30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
 シニア会員(65～69歳) ￥280 / セニア会員(70～79歳)・Jr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。)
 ※シニア・セニア・Jr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。

※更衣室工事に伴い11月1日(土)から12月2日(火)までプールは全面休場となります。

ワンポイントレッスン・小学生プール検定 (毎週火・日曜日)

プール休場のため
12月2日(火)まで
ワンポイントレッスン・小学生プール検定の
実施はございません

時間	11月24日(月)						11月25日(火)						11月26日(水)						11月27日(木)						11月28日(金)						時間	11月29日(土)						11月30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	11/1(土) ～ 12/2(火) 更衣室工事に伴い 全面休場																														9:45	11/1(土) ～ 12/2(火) 更衣室工事に伴い 全面休場												9:45																																				
10:00																															10:00													10:00	10:00	10:00	10:00	10:00	10:00	10:00	10:00	10:00	10:00	10:00	10:00	10:00	10:00	10:00	10:00	10:00	10:00	10:00	10:00	10:00	10:00	10:00	10:00	10:00	10:00	10:00	10:00	10:00	10:00	10:00						
11:00																															11:00													11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00	11:00				
12:00																															12:00													12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00			
13:00																															13:00													13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00	13:00		
14:00																															14:00													14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	14:00	
15:00																															15:00													15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	15:00	
16:00																															16:00													16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	16:00	
17:00																															17:00													17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	
18:00																															18:00													18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	18:00
19:00																															19:00													19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00	19:00
20:00																															20:00													20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00	20:00
21:00																															21:00													21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00	21:00
22:15																															22:15													22:15	22:15	22:15	22:15	22:15	22:15	22:15	22:15	22:15	22:15	22:15	22:15	22:15	22:15	22:15	22:15	22:15	22:15	22:15	22:15	22:15	22:15	22:15	22:15	22:15	22:15	22:15	22:15	22:15	22:15	22:15	22:15	22:15	22:15	22:15	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