

文京総合体育館 2025年 12月1日(月)～12月7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。

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

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
ワキait 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
ワキait 13:30～15:00 15:30～17:00
検 定 13:55/14:55/15:55/16:55 ※休憩時間中に実施

| 時間 | 12月1日(月) | | | | | | 12月2日(火) | | | | | | 12月3日(水) | | | | | | 12月4日(木) | | | | | | 12月5日(金) | | | | | | 時間 | 12月6日(土) | | | | | | 12月7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 | <div>11/1(土) ~ 12/2(火) 更衣室工事に伴い 全面休場</div> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 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 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 自主事業 | | | | | | 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 | 往 | 往 | 片 | 片 | フリーコース | | | 往 | 往 | 片 | 片 | フリーコース | | | 12:00 | | | | | | |
| 13:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 往 | 片 | 片 | | | | 往 | 片 | 片 | | | | 往 | 片 | 片 | | | | 往 | 片 | 片 | 往 | 片 | | | | 片 | 13:00 | 往 | 往 | | | | 片 | 片 | 往 | 往 | 片 | 片 | 13:00 |
| 14:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 往 | 片 | 片 | | | | 往 | 片 | 片 | | | | 往 | 片 | 片 | | | | 往 | 片 | 片 | 往 | 片 | | | | 片 | 14:00 | 往 | 往 | | | | 片 | 片 | 往 | 往 | 片 | 片 | 14:00 |
| 15:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 往 | 片 | 片 | | | | 往 | 片 | 片 | | | | 往 | 片 | 片 | | | | 往 | 片 | 片 | 往 | 片 | | | | 片 | 15:00 | 往 | 往 | | | | 片 | 片 | 往 | 往 | 片 | 片 | 15:00 |
| 16:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 往 | 片 | 片 | | | | 往 | 片 | 片 | | | | 往 | 片 | 片 | | | | 往 | 片 | 片 | 往 | 片 | | | | 片 | 16:00 | 往 | 往 | | | | 片 | 片 | 往 | 往 | 片 | 片 | 16:00 |
| 17:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 往 | 片 | 片 | | | | 往 | 片 | 片 | | | | 往 | 片 | 片 | | | | 往 | 片 | 片 | 往 | 片 | | | | 片 | 17:00 | 往 | 往 | | | | 片 | 片 | 往 | 往 | 片 | 片 | 17:00 |
| 18:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 往 | 片 | 片 | | | | 往 | 片 | 片 | | | | 往 | 片 | 片 | | | | 往 | 片 | 片 | 往 | 片 | | | | 片 | 18:00 | 往 | 往 | | | | 片 | 片 | 往 | 往 | 片 | 片 | 18:00 |
| 19:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 往 | 片 | 片 | | | | 往 | 片 | 片 | | | | 往 | 片 | 片 | | | | 往 | 片 | 片 | 往 | 片 | | | | 片 | 19:00 | 往 | 往 | | | | 片 | 片 | 往 | 往 | 片 | 片 | 19:00 |
| 20:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 往 | 片 | 片 | | | | 往 | 片 | 片 | | | | 往 | 片 | 片 | | | | 往 | 片 | 片 | 往 | 片 | | | | 片 | 20:00 | 往 | 往 | | | | 片 | 片 | 往 | 往 | 片 | 片 | 20:00 |
| 21:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 往 | 片 | 片 | | | | 往 | 片 | 片 | | | | 往 | 片 | 片 | | | | 往 | 片 | 片 | 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 | 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 12月8日(月)～12月14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 / セミシニア会員(70～79歳)・シニア会員(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・セミシニア・シ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。

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
ワキ・イト 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
ワキ・イト 13:30～15:00 15:30～17:00
検 定 13:55/14:55/15:55/16:55 ※休憩時間中に実施

| 時間 | 12月8日(月) | | | | | | 12月9日(火) | | | | | | 12月10日(水) | | | | | | 12月11日(木) | | | | | | 12月12日(金) | | | | | | 時間 | 12月13日(土) | | | | | | 12月14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 | | | | | |
| 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 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 団体貸切 | | | | | | | | | | | | | 団体貸切 | | | | | | 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 | | | | | |
| 15:00 | 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 | | | | | | 15:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 団体貸切 | | | | | | | | | | | | | 団体貸切 | | | | | | 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 | | | | | |
| 18:00 | 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 | | | | | | 18:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 19:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 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 | | | | | | 19:00 | | | | | |
| 20:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 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 | | | | | | 21:00 | 団体貸切 | | | | | | 団体貸切 | | | | | | 21:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 22:15 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 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 | | | | | | 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 12月15日(月)～12月21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。

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
ワイルド 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
ワイルド 13:30～15:00 15:30～17:00
検 定 13:55/14:55/15:55/16:55 ※休憩時間中に実施

| 時間 | 12月15日(月) | | | | | | 12月16日(火) | | | | | | 12月17日(水) | | | | | | 12月18日(木) | | | | | | 12月19日(金) | | | | | | 時間 | 12月20日(土) | | | | | | 12月21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 | | | | | | 10:00 | 団体貸切 | | | | | | 団体貸切 | | | | | | 10:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 11:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 11:00 | | | | | | | | | | | | | 団体貸切 | | | | | | 団体貸切 | | | | | | 11:00 | | | | | | | | | | | |
| 12:00 | 往 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 往 往 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | 往 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | 往 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | 往 往 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | | 往 往 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 12:00 | | | | | | | | | | | |
| 13:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 13:00 | 往 往 片 片 片 片 自主事業 往 往 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | | | | | | | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | | | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | |
| 14:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 14:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 往 往 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | | | | | | | |
| 15:00 | 15:00 | 往 往 片 片 片 片 自主事業 往 往 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | 15:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 16:00 | 16:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 往 往 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | | | | | | | | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | 16:00 |
| 17:00 | 17:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 往 往 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース |
| 18:00 | 18:00 | 往 往 片 片 片 片 自主事業 往 往 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 19:00 | 19:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 往 往 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | | | | | | | | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | |
| 20:00 | 20:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 往 往 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース |
| 21:00 | 21:00 | 往 往 片 片 片 片 自主事業 往 往 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 22:15 | 22:15 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 往 往 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | | | | | | | | | | | | | 往 往 片 片 片 片 自主事業 片 片 片 片 フリーコース | | | | | | |

- ※ 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

個人利用時間

12:00 ~ 22:30 (最終入場 22:00・7^時退場 22:15)

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

7月1日 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

ワホ° イト 13:30~15:00 15:30~17:00

検 定 13:55/14:55/15:55/16:55 ※休憩時間中に実施

料 金

大人 ¥550 / 子ども ¥230

シバ`-会員(65~69歳) ¥280 / 七口`-会員(70~79歳)・丁`-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・ゴ・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。

| 時間 | 12月22日(月) | | | | | | 12月23日(火) | | | | | | 12月24日(水) | | | | | | 12月25日(木) | | | | | | 12月26日(金) | | | | | | 時間 | 12月27日(土) | | | | | | 12月28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 | | | | | |
| 12:00 | 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 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 団体貸切 | | | | | | | 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 | | | | | | 団体貸切 |
| 15:00 | 団体貸切 | | | | | | 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 | | | | | | | 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 | | | | | | 団体貸切 | | | | | | 17:00 | 団体貸切 |
| 18:00 | 団体貸切 | | | | | | 団体貸切 | | | | | | 団体貸切 | | | | | | 団体貸切 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 18:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 団体貸切 | |
| 19:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 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 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 20:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 団体貸切 | | | | | | 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 | | | | | | 団体貸切 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 21:00 | | | | | |
| 22:15 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 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 | | | | | |

- * 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。
- * ジャグゾー・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 12月29日(月)～12月31日(水) 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 / セミシニア会員(70～79歳)・シニア会員(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・セミシニア・シ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。

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
ワキait 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
ワキait 13:30～15:00 15:30～17:00
検 定 13:55/14:55/15:55/16:55 ※休憩時間中に実施

| 時間 | 12月29日(月) | | | | | | 12月30日(火) | | | | | | 12月31日(水) | | | | | | 1月1日(木) | | | | | | 時間 | 1月2日(金) | | | | | | 時間 | 1月3日(土) | | | | | | 1月4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 | <div>年末年始休館 2025年12/29(月) から 2026年1/3(土) まで</div> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 9:45 | <div>年末 年始 休館</div> | | | | | | | | | | | | 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 | | |

- ※ 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