

# 文京総合体育館 2026年2月1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・ゴール退場 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

ワームアップ 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

ワームアップ 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

シニア会員(65~69歳) ¥280 / セミ・ゴールド会員(70~79歳)・ゴールド会員(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。)

※シニア・セミ・ゴールド・ゴール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)をご持参ください。

時間	1月26日(月)						1月27日(火)						1月28日(水)						1月29日(木)						時間	1月31日(土)						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	
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	

\* 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年生以下の子供は保護者(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 - 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 2026年2月2日(月)~2月8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・ゴール退場 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

ワードイット 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

ワードイット 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

シニア会員(65~69歳) ¥280 / セミ・ゴールド会員(70~79歳)・ゴールド会員(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。)

※シニア・セミ・ゴールド・ゴール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。

時間	2月2日(月)						2月3日(火)						2月4日(水)						2月5日(木)						2月6日(金)						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				
9:45																															9:45			
10:00																															10:00			
11:00																															11:00			
12:00																															12:00			
13:00	往	片	片				往	往	片	片			往	片	片				往	片	片			往	片	片				往	往	片	片	13:00
14:00	片	片					往	片	片				往	片	片				往	片	片			往	片	片				往	往	片	片	14:00
15:00	往	片	片				往	片	片				往	片	片				自主事業	片	片			往	片	片				往	往	片	片	15:00
16:00	自主事業	片	片				自主事業	片	片				自主事業	片	片				自主事業	片	片			自主事業	片	片				往	往	片	片	16:00
17:00	往	往	片	片			自主事業	片	片				往	往	片	片		往	往	片	片		往	往	片			往	往	片	片	17:00		
18:00	自	主	事	業	片	片	往	往	片	片			自	主	事	業	片	片	往	往	片	片		自	主	事	業	片	片	往	往	片	片	18:00
19:00	主	事	業	片	片		片	片	片				主	事	業	片	片	片	片	片	片		主	事	業	片	片	往	往	片	片	19:00		
20:00																															20:00			
21:00	往	往	片	片			往	往	片	片			往	往	片	片		往	往	片	片		往	往	片			往	往	片	片	21:00		
22:15							往	往	片	片			往	往	片	片		往	往	片	片		往	往	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 - 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。

\* 框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 2026年2月9日(月)~2月15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・ゴール退場 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

ワードイット 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

ワードイット 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

シニア会員(65~69歳) ¥280 / セミ・ゴールド会員(70~79歳)・ゴールド会員(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。)

※シニア・セミ・ゴールド・ゴール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。

時間	2月9日(月)						2月10日(火)						2月11日(水)						2月12日(木)						2月13日(金)						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	
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

\* 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年生以下の子供は保護者(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 - 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。

\* 案内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 2026年2月16日(月)~2月22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・ゴール退場 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

ワードイット 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

ワードイット 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

シルバーメンバー会員(65~69歳) ¥280 / セミゴールド会員(70~79歳)・ゴールド会員(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・セミゴールド・ゴール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。

時間	2月16日(月)						2月17日(火)						2月18日(水)						2月19日(木)						2月20日(金)						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		
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

\* 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年生以下の子供は保護者(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 - 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。

\* 案内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 2026年2月23日(月)~2月28日(土)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・ゴール退場 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

ワードイット 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

ワードイット 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

シルバーカー会員(65~69歳) ¥280 / セミゴールド会員(70~79歳)・ゴールド会員(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・セミゴールド・ゴール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。

時間	2月23日(月)						2月24日(火)						2月25日(水)						2月26日(木)						2月27日(金)						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		
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

\* 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年生以下の子供は保護者(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 - 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。

\* 框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