

# 文京総合体育館 2026年5月1日(金)～5月3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

別バ-会員(65～69歳) ¥280 / セジ-ルド-会員(70～79歳)・J-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。)

※別バ-・セジ-ルド-・J-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。

## 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

ワホ-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

時間	4月27日(月)						4月28日(火)						4月29日(水)						4月30日(木)						5月1日(金)						時間	5月2日(土)						5月3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	[斜線]																								9:45						9:45						9:45											
10:00																									団体貸切						団体貸切						団体貸切											
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											
13:00	[斜線]						[斜線]						[斜線]						往						往						往						往						往					
14:00	[斜線]						[斜線]						[斜線]						往						往						往						往						往					
15:00	[斜線]						[斜線]						[斜線]						往						往						往						往						往					
16:00	[斜線]						[斜線]						[斜線]						往						往						往						往						往					
17:00	[斜線]						[斜線]						[斜線]						往						往						往						往						往					
18:00	[斜線]						[斜線]						[斜線]						往						往						往						往						往					
19:00	[斜線]						[斜線]						[斜線]						往						往						往						往						往					
20:00	[斜線]						[斜線]						[斜線]						往						往						往						往						往					
21:00	[斜線]						[斜線]						[斜線]						往						往						往						往						往					
22:15	[斜線]						[斜線]						[斜線]						往						往						往						往						往					

- \* 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入れてください。
- \* 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。
- \* [斜線] 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5月4日(月)～5月10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 / シルバード会員(70～79歳)・J-ワールド会員(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・シルバー・J-ワ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。

※5月4日(月)・5月7日(木)の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

ワポイント 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

ワポイント 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	5月4日(月)						5月5日(火)						5月6日(水)						5月7日(木)						5月8日(金)						時間	5月9日(土)						5月10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						団体貸切						団体貸切						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						団体貸切						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						団体貸切						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						団体貸切						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	フリーコース	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	フリーコース	往	片	片	片	片	フリーコース	往	片	片	片	片	フリーコース	13:00	
14:00	往	片	片	片	片	フリーコース	往	往	片	片	片	片	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	フリーコース	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	フリーコース	14:00	
15:00	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	往	往	片	片	片	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	15:00	
16:00	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	往	往	片	片	片	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	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	片	フリーコース	自主事業	往	往	片	片	片	自主事業	片	片	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	片	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	17:00
18:00	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	往	往	片	片	片	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	18:00	
19:00	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	往	往	片	片	片	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	19:00	
20:00	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	往	往	片	片	片	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	20:00	
21:00	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	往	往	片	片	片	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	21:00	
22:15	往	往	片	片	片	フリーコース	往	往	片	片	片	往	往	片	片	片	往	往	片	片	片	往	往	片	片	片	往	往	片	片	片	往	往	片	片	片	往	往	片	片	片	往	往	片	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入れてください。
- \* 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 2026年5月11日(月)～5月17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 / シルバード会員(70～79歳)・J-ワールド会員(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・シルバー・J-ワ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。

※5月11日(月)・5月14日(木)の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

ワポイト 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

ワポイト 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	5月11日(月)						5月12日(火)						5月13日(水)						5月14日(木)						5月15日(金)						時間	5月16日(土)						5月17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						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	フリーコース	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	フリーコース	往	片	片	片	片	フリーコース	13:00	往	往	片	片	片	片	往	往	片	片	片	片	13:00
14:00	往	片	片	片	片	フリーコース	往	往	片	片	片	片	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	フリーコース	往	片	片	片	片	フリーコース	往	片	片	片	片	フリーコース	14:00	往	往	片	片	片	片	往	往	片	片	片	片	14:00
15:00	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	往	往	片	片	片	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	15:00	往	往	片	片	片	片	往	往	片	片	片	片	15:00						
16:00	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	往	往	片	片	片	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	16:00	往	往	片	片	片	片	往	往	片	片	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	片	フリーコース	自主事業	往	往	片	片	片	自主事業	片	片	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	片	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	17:00	往	往	片	片	片	片	往	往	片	片	片	片	17:00					
18:00	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	往	往	片	片	片	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	18:00	往	往	片	片	片	片	往	往	片	片	片	片	18:00						
19:00	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	往	往	片	片	片	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	19:00	往	往	片	片	片	片	往	往	片	片	片	片	19:00						
20:00	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	往	往	片	片	片	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	20:00	往	往	片	片	片	片	往	往	片	片	片	片	20:00						
21:00	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	往	往	片	片	片	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	21:00	往	往	片	片	片	片	往	往	片	片	片	片	21:00						
22:15	往	往	片	片	片	フリーコース	往	往	片	片	片	往	往	片	片	片	往	往	片	片	片	往	往	片	片	片	往	往	片	片	片	22:15	往	往	片	片	片	往	往	片	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入れてください。
- \* 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 2026年5月18日(月)～5月24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 / シルバード会員(70～79歳)・J-ワールド会員(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・シルバー・J-ワ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。

※5月18日(月)・5月21日(木)の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。

※5月22日(金)の13:30～14:30は区教室のためフリーコースの一部を利用いたします。

## 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

ワポイト 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

ワポイト 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	5月18日(月)						5月19日(火)						5月20日(水)						5月21日(木)						5月22日(金)						時間	5月23日(土)						5月24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						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	フリーコース	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	フリーコース	往	往	片	片	片	片	往	往	片	片	片	片	13:00	往	往	片	片	片	片	往	往	片	片	片	片	13:00
14:00	往	片	片	片	片	フリーコース	往	往	片	片	片	片	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	フリーコース	往	片	片	片	片	フリーコース	往	往	片	片	片	片	往	往	片	片	片	片	14:00	往	往	片	片	片	片	往	往	片	片	片	片	14:00
15:00	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	往	往	片	片	片	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	15:00	往	往	片	片	片	片	往	往	片	片	片	片	15:00
16:00	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	往	往	片	片	片	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	16:00	往	往	片	片	片	片	往	往	片	片	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	片	フリーコース	自主事業	往	往	片	片	片	自主事業	片	片	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	片	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	17:00	往	往	片	片	片	片	往	往	片	片	片	片	17:00					
18:00	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	往	往	片	片	片	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	18:00	往	往	片	片	片	片	往	往	片	片	片	片	18:00						
19:00	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	往	往	片	片	片	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	19:00	往	往	片	片	片	片	往	往	片	片	片	片	19:00						
20:00	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	往	往	片	片	片	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	20:00	往	往	片	片	片	片	往	往	片	片	片	片	20:00						
21:00	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	往	往	片	片	片	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	21:00	往	往	片	片	片	片	往	往	片	片	片	片	21:00						
22:15	往	往	片	片	片	フリーコース	往	往	片	片	片	往	往	片	片	片	往	往	片	片	片	往	往	片	片	片	往	往	片	片	片	往	往	片	片	片	往	往	片	片	片	22:15	往	往	片	片	片	片	往	往	片	片	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入れてください。
- \* 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 2026年5月25日(月)～5月31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  
 ヌバ-会員(65～69歳) ¥280 / セン-ルド-会員(70～79歳)・J-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。)  
 ※ ヌバ-・セン-ルド-・J-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。

※5月25日(月)・5月28日(木)の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

ワホ-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

時間	5月25日(月)						5月26日(火)						5月27日(水)						5月28日(木)						5月29日(金)						時間	5月30日(土)						5月31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						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	フリーコース	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	フリーコース	往	片	片	片	片	フリーコース	13:00	往	往	片	片	片	片	往	往	片	片	片	片	13:00
14:00	往	片	片	片	片	フリーコース	往	往	片	片	片	片	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	フリーコース	往	片	片	片	片	フリーコース	往	片	片	片	片	フリーコース	14:00	往	往	片	片	片	片	往	往	片	片	片	片	14:00
15:00	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	往	往	片	片	片	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	15:00	往	往	片	片	片	片	往	往	片	片	片	片	15:00						
16:00	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	往	往	片	片	片	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	16:00	往	往	片	片	片	片	往	往	片	片	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	片	フリーコース	自主事業	往	往	片	片	片	自主事業	片	片	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	片	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	17:00	往	往	片	片	片	片	往	往	片	片	片	片	17:00					
18:00	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	往	往	片	片	片	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	18:00	往	往	片	片	片	片	往	往	片	片	片	片	18:00						
19:00	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	往	往	片	片	片	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	19:00	往	往	片	片	片	片	往	往	片	片	片	片	19:00						
20:00	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	往	往	片	片	片	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	20:00	往	往	片	片	片	片	往	往	片	片	片	片	20:00						
21:00	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	往	往	片	片	片	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	自主事業	片	片	片	片	フリーコース	21:00	往	往	片	片	片	片	往	往	片	片	片	片	21:00						
22:15	往	往	片	片	片	フリーコース	往	往	片	片	片	片	往	往	片	片	片	フリーコース	往	往	片	片	片	片	往	往	片	片	片	フリーコース	往	往	片	片	片	片	22:15	往	往	片	片	片	片	往	往	片	片	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入れてください。
- \* 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-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