

文京総合体育館 2026年 7月6日(月)～7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

9:00～22:30 (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。

※7月・8月は団体貸切時間が無くなり、個人利用として運営いたします。

※7月12日開催の着衣泳終了後から7月17日まで水入れ替え作業の為全面休場となります。

※7月中旬に、一週間程度水抜きおよび設備点検を行う予定です。(予定は変更される場合がございます)

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

※グループ形式でのレッスンとなります

ワポイント 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時と異なりますのでご了承ください。

時間	7月6日(月)						7月7日(火)						7月8日(水)						7月9日(木)						7月10日(金)						時間	7月11日(土)						7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									
7:30																															7:30													7:30		
9:00																															9:00													9:00		
10:00	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		往	往	片	片	フリーコース		往	往	片	片	フリーコース		10:00	往	往	片	片	フリーコース		10:00	往	往	片	片	フリーコース		10:00	
11:00	往	往	片	片			往	往	片	片			往	往	片	片			往	往	片	片			往	往	片	片			11:00	往	往	片	片			11:00	往	往	片	片			11:00	
12:00	往	往	片	片			往	往	片	片			往	往	片	片			往	往	片	片			往	往	片	片			12:00	往	往	片	片			12:00	往	往	片	片			12:00	
13:00	往	往	片	片			往	往	片	片			往	往	片	片			往	往	片	片			往	往	片	片			13:00	往	往	片	片			13:00	往	往	片	片			13:00	
14:00	往	往	片	片			往	往	片	片			往	往	片	片			往	往	片	片			往	往	片	片			14:00	往	往	片	片			14:00	往	往	片	片			14:00	
15:00	往	往	片	片			往	往	片	片			往	往	片	片			往	往	片	片			往	往	片	片			15:00	往	往	片	片			15:00	往	往	片	片			15:00	
16:00	往	往	片	片			往	往	片	片			往	往	片	片			往	往	片	片			往	往	片	片			16:00	往	往	片	片			16:00	往	往	片	片			16:00	
17:00	往	往	片	片			往	往	片	片			往	往	片	片			往	往	片	片			往	往	片	片			17:00	往	往	片	片			17:00	往	往	片	片			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		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	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		
19:00			片	片					片	片					片	片					片	片					片	19:00			片			片	片					片	19:00			片	片	19:00
20:00			片	片					片	片					片	片					片	片					片	20:00			片			片	片					片	20:00			片	片	20:00
21:00	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		往	往	片	片	フリーコース		往	往	片	片	フリーコース		21:00	往	往	片	片	フリーコース		21:00	往	往	片	片	フリーコース		21:00	
22:15	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			22:15	往	往	片	片			22:15	

水入れ替え
作業の為
7/12
～
7/17
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

文京総合体育館 2026年 7月13日(月)～7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

9:00～22:30 (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。

※7月・8月は団体貸切時間がなくなり、個人利用として運営いたします。

※7月12日開催の着衣泳終了後から7月17日まで水入れ替え作業の為全面休場となります。

※7月中旬に、一週間程度水抜きおよび設備点検を行う予定です。(予定は変更される場合がございます)

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

※グループ形式でのレッスンとなります

ワポイント 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時と異なりますのでご了承ください。

時間	7月13日(月)						7月14日(火)						7月15日(水)						7月16日(木)						7月17日(金)						時間	7月18日(土)						7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	1	2	3	4	5	6																				
7:30	水入れ替え作業の為 7/12~7/17 全面休場																																										7:30													7:30							
9:00																																																													9:00		
10:00																																											往	往	片	片	フリーコース						往	往	片	片	フリーコース						10:00
11:00																																											往	往	片	片							往	往	片	片							11:00
12:00																																											往	往	片	片							往	往	片	片							12:00
13:00																																											往	往	片	片							往	往	片	片							13:00
14:00																																											往	往	片	片							往	往	片	片							14:00
15:00																																											往	往	片	片							往	往	片	片							15:00
16:00																																											往	往	片	片							往	往	片	片							16:00
17:00																																											往	往	片	片							往	往	片	片							17:00
18:00																																											往	往	片	片							往	往	片	片							18:00
19:00																																											往	往	片	片							往	往	片	片							19:00
20:00																																											往	往	片	片	往	往	片	片	20:00												
21:00																																											往	往	片	片	往	往	片	片	21:00												
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、水入れ替え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 7月20日(月)～7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

9:00～22:30 (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。

※7月・8月は団体貸切時間が無くなり、個人利用として運営いたします。

※7月20日～8月31日は夏期早朝営業の為7:30より開館いたします。

※7月中旬に、一週間程度水抜きおよび設備点検を行う予定です。(予定は変更される場合がございます)

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

※グループ形式でのレッスンとなります

ワポイント 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時と異なりますのでご了承ください。

早朝営業開始

時間	7月20日(月)						7月21日(火)						7月22日(水)						7月23日(木)						7月24日(金)						時間	7月25日(土)						7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															
7:30	自主事業			往	フリーコース			自主事業			往	フリーコース			自主事業			往	フリーコース			自主事業			往	フリーコース			7:30	往	往	片	片	フリーコース			往	往	片	片	フリーコース			7:30								
9:00				往							往							片							片				9:00	往	往	片	片				9:00	往	往	片				片	9:00	往	往	片	片	9:00		
10:00	往	往	片	片				10:00	往	往	片				片	10:00	往	往				片	片	10:00	往				往	片	片	10:00																				
11:00	往	往	片	片				11:00	往	往	片				片	11:00	往	往				片	片	11:00	往				往	片	片	11:00																				
12:00	往	往	片	片				12:00	往	往	片				片	12:00	往	往				片	片	12:00	往				往	片	片	12:00																				
13:00	往	往	片	片				13:00	往	往	片				片	13:00	往	往				片	片	13:00	往				往	片	片	13:00																				
14:00	往	往	片	片				14:00	往	往	片				片	14:00	往	往				片	片	14:00	往				往	片	片	14:00																				
15:00	往	往	片	片				15:00	往	往	片				片	15:00	往	往				片	片	15:00	往				往	片	片	15:00																				
16:00	往	往	片	片				16:00	往	往	片				片	16:00	往	往				片	片	16:00	往				往	片	片	16:00																				
17:00	往	往	片	片				17:00	往	往	片				片	17:00	往	往				片	片	17:00	往				往	片	片	17:00																				
18:00	自主事業			片				片	18:00	自主事業					片	片	18:00	自主事業				片	片	18:00	自主事業				片	片	18:00	往	往				片	片	18:00	往				往	片	片	18:00					
19:00				片				片	19:00						片	片	19:00					片	片	19:00					片	片	19:00	往	往				片	片	19:00													
20:00	自主事業			片				片	20:00	自主事業					片	片	20:00	自主事業				片	片	20:00	自主事業				片	片	20:00	往	往				片	片	20:00	往				往	片	片	20:00					
21:00				片				片	21:00						片	片	21:00					片	片	21:00					片	片	21:00	往	往				片	片	21:00													
22:15	往	往	片	片				22:15	往	往	片				片	22:15	往	往				片	片	22:15	往				往	片	片	22:15	往				往	片	片	22:15				往	往	片	片	22:15	往	往	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 2026年 7月27日(月)～7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

9:00～22:30 (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。

※7月・8月は団体貸切時間がなくなり、個人利用として運営いたします。

※7月20日～8月31日は夏期早朝営業の為7:30より開館いたします。

※7月中旬に、一週間程度水抜きおよび設備点検を行う予定です。(予定は変更される場合がございます)

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

※グループ形式でのレッスンとなります

ワポイント 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時と異なりますのでご了承ください。

時間	7月27日(月)						7月28日(火)						7月29日(水)						7月30日(木)						7月31日(金)						時間	8月1日(土)						8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																		
7:30	自主事業			往	フリーコース			往	自主事業			往	フリーコース			往	自主事業			往	フリーコース			往	自主事業			往	フリーコース			7:30	/						/						7:30										
9:00				往				往				片				片				往				往				片				片													往	往	片	片	往	往	片	片	往	往	片
10:00	往	往	片	片				往	往	片	片	往				往	片	片	往	往				片	片	往	往	片				片													10:00										
11:00	往	往	片	片				往	往	片	片	往				往	片	片	往	往				片	片	往	往	片				片													11:00										
12:00	往	往	片	片				往	往	片	片	往				往	片	片	往	往				片	片	往	往	片				片													12:00										
13:00	往	往	片	片				往	往	片	片	往				往	片	片	往	往				片	片	往	往	片				片													13:00										
14:00	往	往	片	片				往	往	片	片	往				往	片	片	往	往				片	片	往	往	片				片													14:00										
15:00	往	往	片	片				往	往	片	片	往				往	片	片	往	往				片	片	往	往	片				片													15:00										
16:00	往	往	片	片				往	往	片	片	往				往	片	片	往	往				片	片	往	往	片				片													16:00										
17:00	往	往	片	片				往	往	片	片	往				往	片	片	往	往				片	片	往	往	片				片													17:00										
18:00	自主事業			片				片	フリーコース			片				片	自主事業			片				片	フリーコース			片				片													自主事業			片	片	フリーコース			18:00	/	
19:00				片	片	片	片	片				片	片	片	片	片				片	片	片	片	片				片	片	片	片	19:00																							
20:00	片	片	片	片	片	片	片	片				片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片				片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	片	20:00															
21:00	往	往	片	片	往	往	片	片				往	往	片	片	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	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