

2025年 文京スポーツセンター 9月1日(月)～7(日) フールカレンダー

文京区大塚3-29-2

03-3944-2271

個人利用時間

9:00～13:30(13:15退水) 15:45～22:30(22:15退水)

ワンポイントレッスン

毎週水曜日 10:00～11:30 / 18:30～20:00

毎週土曜日 10:00～11:30 / 16:00～17:30 / 18:30～20:00

※（実施レーンは監視員にお尋ねください。）

料 金 ※ご利用は文京区に在住・在勤・在学されている方となります。

子ども ¥230 / 大人 ¥550

ご利用は1回2時間以内（1時間毎に1回、点検のため5分間の休憩をとります。）

シルバー会員(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

*シルバー・セミゴールド・ゴールドの方は登録制です。ご登録には住所・年齢が確認できるものとご印鑑・顔写真(2.5cm×2cm)をご持参ください。

水深1.2M	1 (月)							2 (火)							3 (水)							4 (木)							5 (金)							6 (土)							7 (日)							レーン
	6	5	4	3	2	1	小	6	5	4	3	2	1	小	6	5	4	3	2	1	小	6	5	4	3	2	1	小	6	5	4	3	2	1	小	6	5	4	3	2	1	小								
9:30	自由			完		片道↑	自由	自由				完		片道↑	自由					片道↓	自由					完		片道↑	自由				片道↓	完					片道↑	完			自由			自由	9:30			
10:30						片道↓	自由							自由						片道↓	自由																									自由	10:30			
11:30							自主事業							自主事業							自主事業																										自由	11:30		
12:30	遊			完		片道↑	自主事業	遊						自主事業	遊					片道↑	自主事業	遊					完		片道↓	自主事業	遊																	自由	12:30	
13:30						片道↓	自主事業							自主事業						片道↓	自主事業																									自由	13:30			
15:45	貸切時間							貸切時間							貸切時間							貸切時間							貸切時間							貸切時間														
16:30							自主事業	自由						自主事業							自主事業						完																					16:30		
17:30							自主事業	自由						自主事業							自主事業						完																					17:30		
18:30	自由			完			自由	自由						自由	自由						自由	自由																								自由	18:30			
19:30	遊			完			自主事業	遊						自主事業	遊						自主事業	遊					完																				19:30			
20:30							自主事業							自主事業							自主事業																										自由	20:30		
21:30							遊							遊							遊																											自由	21:30	
22:30																																																	自由	22:30

※ 視覚障害バラス水泳アスリート支援による一部規制があります

※ 視覚障害バラス水泳アスリート支援による一部規制

* 9:00～13:15：毎時55分から(12:55除く)、15:45～22:15：毎時25分から(16:25・21:25除く)

点検のため5分間の休憩をとります。

* 土・日は貸切時間以外、小プール及び全コースが個人利用となります。レーンの内容は、監視員にお尋ねください。

* レッスンの人数及び混雑状況により、レーンを変更する可能性があります。

* 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。

* ご利用の際は必ずスイミングキャップを着用してください。

* オムツの取れていないお子様はご利用いただけません。

* 器具点検日は不定期になります。

* 自主事業・・・指定管理者東京ドームグループの主催事業

（自主事業のレッスンで音響を使用することがございます。予めご了承ください。）

2025年 文京スポーツセンター 9月8日(月)～14日(日) フールカレンダー

文京区大塚3-29-2
03-3944-2271

個人利用時間

9:00～13:30(13:15退水) 15:45～22:30(22:15退水)

ワンポイントレッスン

毎週水曜日 10:00～11:30 / 18:30～20:00
毎週土曜日 10:00～11:30 / 16:00～17:30 / 18:30～20:00

※（実施レーンは監視員にお尋ねください。）

料 金 ※ご利用は文京区に在住・在勤・在学されている方となります。

子ども ¥230 / 大人 ¥550

ご利用は1回2時間以内（1時間毎に1回、点検のため5分間の休憩をとります。）

シルバー会員(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

*シルバー・セミゴールド・ゴールドの方は登録制です。ご登録には住所・年齢が確認できるものとご印鑑・顔写真(2.5cm×2cm)をご持参ください。

水深1.2M	8 (月)							9 (火)							10 (水)							11 (木)							12 (金)							13 (土)							14 (日)							レーン						
	6	5	4	3	2	1	小	6	5	4	3	2	1	小	6	5	4	3	2	1	小	6	5	4	3	2	1	小	6	5	4	3	2	1	小	6	5	4	3	2	1	小														
レーン	6	5	4	3	2	1	小	6	5	4	3	2	1	小	6	5	4	3	2	1	小	6	5	4	3	2	1	小	6	5	4	3	2	1	小	6	5	4	3	2	1	小	レーン													
9:30	自由			完	片	↑	自由	自由				完	片	↑	自由				完	片	↑	自由	自由				完	片	↑	自由				完	片	↑	自由	自由				完	片	↑	自由	9:30										
10:30					↓		自由						↓	自由						↓	自由							完	片	↓	自由				完	片	↓	自由	自由				完	片	↓	自由	10:30									
11:30							自由							自由							自由							完	片	↓	自由				完	片	↓	自由	自由				完	片	↓	自由	11:30									
12:30	遊			完		↑	自主事業	遊					↑	自主事業	遊					↑	自主事業	遊					完	片	↓	自主事業				完	片	↓	自主事業	遊				完	片	↓	自主事業	12:30										
13:30					↓		自主事業						↓	自主事業						↓	自主事業							完	片	↓	自主事業				完	片	↓	自主事業	遊				完	片	↓	自主事業	13:30									
貸切時間																																																								
15:45																																																								
16:30							自主事業							自主事業							自主事業							完	片	↓	自主事業				完	片	↓	自主事業				完	片	↓	自主事業	16:30										
17:30							自主事業							自主事業							自主事業							完	片	↓	自主事業				完	片	↓	自主事業				完	片	↓	自主事業	17:30										
18:30	自由			完			自由	自由					完	片	↑	自由				完	片	↑	自由	自由				完	片	↑	自由				完	片	↑	自由	自由				完	片	↑	自由	18:30									
19:30	遊			完			自主事業	遊					完	片	↑	自主事業	遊				完	片	↑	自主事業	遊			完	片	↑	自主事業	遊				完	片	↑	自主事業	遊				完	片	↑	自主事業	19:30								
20:30				完			自主事業						完	片	↑	自主事業					完	片	↑	自主事業				完	片	↑	自主事業				完	片	↑	自主事業				完	片	↑	自主事業	20:30										
21:30					↓		自主事業						↓	自主事業						↓	自主事業							完	片	↓	自主事業				完	片	↓	自主事業	遊				完	片	↓	自主事業	21:30									
22:30							自主事業							自主事業							自主事業							完	片	↓	自主事業				完	片	↓	自主事業				完	片	↓	自主事業	22:30										
※ 視覚障害パラ水泳アスリート支援により一部規制があります																																																								

※ 視覚障害者水泳アスリート支援による一部規制があります

* 9:00～13:15：毎時55分から(12:55除く)、15:45～22:15：毎時25分から(16:25・21:25除く)

点検のため5分間の休憩をとります。

* 土・日は貸切時間以外、小プール及び全コースが個人利用となります。レーンの内容は、監視員にお尋ねください。

* レッスンの人数及び混雑状況により、レーンを変更する可能性があります。

* 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。

* ご利用の際は必ずスイミングキャップを着用してください。

* オムツの取れていないお子様はご利用いただけません。

* 器具点検日は不定期になります。

* 自主事業・・・指定管理者東京ドームグループの主催事業

（自主事業のレッスンで音響を使用することがございます。予めご了承ください。）

2025年 文京スポーツセンター 9月15(月)～21日(日) フールカレンダー

文京区大塚3-29-2
03-3944-2271

個人利用時間

9:00～13:30(13:15退水) 15:45～22:30(22:15退水)

ワンポイントレッスン

毎週水曜日 10:00～11:30 / 18:30～20:00
毎週土曜日 10:00～11:30 / 16:00～17:30 / 18:30～20:00

※（実施レーンは監視員にお尋ねください。）

料 金 ※ご利用は文京区に在住・在勤・在学されている方となります。

子ども ¥230 / 大人 ¥550

ご利用は1回2時間以内（1時間毎に1回、点検のため5分間の休憩をとります。）

シルバー会員(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

*シルバー・セミゴールド・ゴールドの方は登録制です。ご登録には住所・年齢が確認できるものとご印鑑・顔写真(2.5cm×2cm)をご持参ください。

水深1.2M	15 (月)							16 (火)							17 (水)							18 (木)							19 (金)							20 (土)							21 (日)							
レーン	6	5	4	3	2	1	小	6	5	4	3	2	1	小	6	5	4	3	2	1	小	6	5	4	3	2	1	小	6	5	4	3	2	1	小	6	5	4	3	2	1	小	レーン							
9:30	自由		完		片道↑		自由	自由		完		片道↑		自由	自由		完		片道↑		自由	自由		完		片道↑		自由	自由		完		片道↑		自由	自由		完		片道↑		自由	自由	9:30						
10:30					自主事業		自由					自主事業		自由						自主事業		自由					自主事業		自由					自主事業		自由					自主事業		自由	自由	10:30					
11:30					自主事業		自由					自主事業		自由						自主事業		自由					自主事業		自由					自主事業		自由					自主事業		自由	自由	11:30					
12:30	遊		完		片道↑		自主事業	遊		完		片道↑		自主事業	遊		完		片道↑		自主事業	遊		完		片道↑		自主事業	遊		完		片道↑		自主事業	遊		完		片道↑		自主事業	遊	12:30						
13:30	貸切時間							貸切時間							貸切時間							貸切時間							貸切時間							貸切時間														
15:45	貸切時間							貸切時間							貸切時間							貸切時間							貸切時間							貸切時間														
16:30					自主事業		自由			完		完		自主事業						自主事業		自由					自主事業		自由					自主事業		自由					自主事業		自由	自由	16:30					
17:30					自主事業		自由			完		完		自主事業						自主事業		自由					自主事業		自由					自主事業		自由					自主事業		自由	自由	17:30					
18:30	自由		完		片道↓		自由	自由		完		完		自由	完					自主事業		自由	完				自主事業		自由	完				自主事業		自由	完				自主事業		自由	自由	18:30					
19:30	自由		完		片道↓		自主事業	自由		完		※		自主事業	自由		完				自主事業	自由		完			自主事業	自由		完				自主事業	自由		完			自主事業	自由		完	自由	19:30					
20:30					自主事業		自由			完		完		自主事業						自主事業		自由					自主事業		自由					自主事業		自由					自主事業		自由	自由	20:30					
21:30					自主事業		自由			完		完		自主事業						自主事業		自由					自主事業		自由					自主事業		自由					自主事業		自由	自由	21:30					
22:30					自主事業		自由			完		完		自主事業						自主事業		自由					自主事業		自由					自主事業		自由					自主事業		自由	自由	22:30					

※ 視覚障害バラス水泳アスリート支援による一部規制があります

※ 視覚障害バレー水泳アスリート支援による一部規制があります

* 9:00～13:15：毎時55分から(12:55除く)、15:45～22:15：毎時25分から(16:25・21:25除く)

点検のため5分間の休憩をとります。

* 土・日は貸切時間以外、小プール及び全コースが個人利用となります。レーンの内容は、監視員にお尋ねください。

* レッスンの人数及び混雑状況により、レーンを変更する可能性があります。

* 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。

* ご利用の際は必ずスイミングキャップを着用してください。

* オムツの取れていないお子様はご利用いただけません。

* 器具点検日は不定期になります。

* 自主事業・・・指定管理者東京ドームグループの主催事業

（自主事業のレッスンで音響を使用することがございます。予めご了承ください。）

2025年 文京スポーツセンター 9月22日(月)～28日(日) フールカレンダー

文京区大塚3-29-2
03-3944-2271

個人利用時間

9:00～13:30(13:15退水) 15:45～22:30(22:15退水)

ワンポイントレッスン

毎週水曜日 10:00～11:30 / 18:30～20:00
毎週土曜日 10:00～11:30 / 16:00～17:30 / 18:30～20:00

※（実施レーンは監視員にお尋ねください。）

料 金 ※ご利用は文京区に在住・在勤・在学されている方となります。

子ども ¥230 / 大人 ¥550

ご利用は1回2時間以内（1時間毎に1回、点検のため5分間の休憩をとります。）

シルバー会員(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

*シルバー・セミゴールド・ゴールドの方は登録制です。ご登録には住所・年齢が確認できるものとご印鑑・顔写真(2.5cm×2cm)をご持参ください。

水深1.2M	22 (月)							23 (火)							24 (水)							25 (木)							26 (金)							27 (土)							28 (日)							レーン																																					
	6	5	4	3	2	1	小	6	5	4	3	2	1	小	6	5	4	3	2	1	小	6	5	4	3	2	1	小	6	5	4	3	2	1	小	6	5	4	3	2	1	小																																													
レーン	6	5	4	3	2	1	小	6	5	4	3	2	1	小	6	5	4	3	2	1	小	6	5	4	3	2	1	小	6	5	4	3	2	1	小	6	5	4	3	2	1	小	レーン																																												
9:30	自由			完	片	↑	自由	自由						自由	自由						自由	自由						自由	自由																				9:30																																						
10:30				完	↓	↑	自由							自由				完	↓	↑	自由							自由																						10:30																																					
11:30				自主事業			自由							自主事業				自主事業				自主事業						自主事業																						11:30																																					
12:30	遊		完		片	↑	自主事業	遊						自主事業	遊			完	↓	↑	自主事業	遊						完																						12:30																																					
13:30					↓	↑	自主事業																																									13:30																																							
	貸切時間							貸切時間							貸切時間							貸切時間							貸切時間							貸切時間																																																			
15:45																																																		15:45																																					
16:30							自主事業																																										16:30																																						
17:30				自主事業																																													17:30																																						
18:30	自由		完				自由	自由						自由	自由														自由	自由																					18:30																																				
19:30	自由		完	自主事業			自主事業	自由						自主事業	自由														完	完	自主事業																				19:30																																				
20:30				完																																													20:30																																						
21:30				片	↑		遊							遊																																		21:30																																							
22:30					↓	↑																																											22:30																																						
※ 視覚障害バラス水泳アスリート支援による一部規制があります																																												※ 視覚障害バラス水泳アスリート支援による一部規制																																											

※ 視覚障害バレー水泳アスリート支援による一部規制があります

※ 視覚障害バレー水泳アスリート支援による一部規制

* 9:00～13:15：毎時55分から(12:55除く)、15:45～22:15：毎時25分から(16:25・21:25除く)

点検のため5分間の休憩をとります。

* 土・日は貸切時間以外、小プール及び全コースが個人利用となります。レーンの内容は、監視員にお尋ねください。

* レッスンの人数及び混雑状況により、レーンを変更する可能性があります。

* 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。

* ご利用の際は必ずスイミングキャップを着用してください。

* オムツの取れていないお子様はご利用いただけません。

* 器具点検日は不定期になります。

* 自主事業・・・指定管理者東京ドームグループの主催事業

（自主事業のレッスンで音響を使用することがございます。予めご了承ください。）

2025年 文京スポーツセンター 9月29日(月)～30日(火)プールカレンダー

文京区大塚3-29-2
03-3944-2271

個人利用時間

9:00～13:30(13:15退水) 15:45～22:30(22:15退水)

ワンポイントレッスン

毎週水曜日 10:00～11:30 / 18:30～20:00
毎週土曜日 10:00～11:30 / 16:00～17:30 / 18:30～20:00

※（実施レーンは監視員にお尋ねください。）

料 金 ※ご利用は文京区に在住・在勤・在学されている方となります。

子ども ¥230 / 大人 ¥550

ご利用は1回2時間以内（1時間毎に1回、点検のため5分間の休憩をとります。）

シルバー会員(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

*シルバー・セミゴールド・ゴールドの方は登録制です。ご登録には住所・年齢が確認できるものとご印鑑・顔写真(2.5cm×2cm)をご持参ください。

水深1.2M	29 (月)							30 (火)																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
	レーン							レーン																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
	6	5	4	3	2	1	小	6	5	4	3	2	1	小																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																

※ 視覚障害パラ水泳アスリート支援による一部規制があります

* 9:00～13:15：毎時55分から(12:55除く)、15:45～22:15：毎時25分から(16:25・21:25除く)

点検のため5分間の休憩をとります。

* 土・日は貸切時間以外、小プール及び全コースが個人利用となります。レーンの内容は、監視員にお尋ねください。

* レッスンの人数及び混雑状況により、レーンを変更する可能性があります。

* 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。

* ご利用の際は必ずスイミングキャップを着用してください。

* オムツの取れていないお子様はご利用いただけません。

* 器具点検日は不定期になります。

* 自主事業・・・指定管理者東京ドームグループの主催事業

（自主事業のレッスンで音響を使用することがございます。予めご了承ください。）