

文京区大塚3-29-2
03-3944-2271

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

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。）

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。

[illegible]

* 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 10月6日(月)～12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

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。

※（実施レーンは監視員にお尋ねください。）

※10/12（日）区民大会が行われる為、個人利用は19：30～となります。

水深1.2M	6 (月)							7 (火)							8 (水)							9 (木)							10 (金)							11 (土)							12 (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	↓ 片道		自由				自主事業	↓ 片道		自由				自主事業	↓ 片道		自由				自主事業	↓ 片道		自由				完	↓ 片道		自由	自由			完	↓ 片道		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				完		自由	自由			完		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		自由	自由			完	↓ 片道		自由	自由		12:30							
13:30	貸切時間							貸切時間							貸切時間							貸切時間							貸切時間							区民水泳大会 ※一般開放は19：30～ となります ※尚、競技進行状況に より個人開放時間を 変更する場合がございます																
15:45	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	完	完			自主事業			自由	完	完			自主事業										自由	完	完			自主事業			16:30
17:30				自主事業			自由	完	完			自主事業						自主事業			自由	完	完			自主事業			自由	完	完			自主事業										自由	完	完			自主事業			17:30
18:30	自由			完			自由	自由			完			自由	完			完			自由	完			完			自由	完			完			自由	完			完			自由	完		18:30							
19:30	自由			完			自由	完			完			自由	完			完			自由	完			完			自由	完			完			自由	完			完			自由	完		19:30							
20:30				自主事業			自由	完			完			自由	完			完			自由	完			完			自由	完			完			自由	完			完			自由	完		20:30							
21:30				自主事業			自由	完			完			自由	完			完			自由	完			完			自由	完			完			自由	完			完			自由	完		21:30							
22:30				自主事業			自由	完			完			自由	完			完			自由	完			完			自由	完			完			自由	完			完			自由	完		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 10月13(月)～19(日) 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	13 (月)							14 (火)							15 (水)							16 (木)							17 (金)							18 (土)							19 (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						自由	自由						自由	自由						自由	自由						自由	自由						自由	自由						自由	自由	9:30						
10:30							自由							自由							自由							自由							自由							自由		10:30						
11:30							自由							自由							自由							自由							自由							自由		11:30						
12:30	遊						自主事業	遊						自主事業	遊						自主事業	遊						自主事業	遊						自主事業	遊							自主事業		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						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		16:30					
17:30							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		17:30					
18:30	自由						自由	自由						自由	自由						自由	自由						自由	自由						自由	自由						自由	自由	18:30						
19:30	遊						自主事業	遊						自主事業	遊						自主事業	遊						自主事業	遊						自主事業	遊							自主事業		19:30					
20:30							自主事業							自主事業							自主事業							自主事業							自主事業								自主事業		20:30					
21:30							自主事業							自主事業							自主事業							自主事業							自主事業								自主事業		21:30					
22:30							自主事業							自主事業							自主事業							自主事業							自主事業								自主事業		22:30					

※ 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

※ 視覚障害パラ水泳アスリート支援による一部規制

※ 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

※ 視覚障害者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 10月20日(月)～26日(日) 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	20 (月)							21 (火)							22 (水)							23 (木)							24 (金)							25 (土)							26 (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				片	↑	自由	自由				完	片	↑	自由				片	↑	自由	自由				完	片	↑	自由	自由				9:30								
10:30				完	↓		自由					完	↓	自由					↓		自由					完	↓	自由				↓		自由			完	↓	自由			↓		自由			10:30									
11:30					自主事業		自由						自主事業		自由					自主事業		自由					自主事業		自由					自主事業			完			完			自主事業			11:30										
12:30	遊			完		↑	自由					完		自主事業		遊				↑	自由					完		自主事業		遊				完			完			↓		完			12:30											
13:30					↓		自主事業						↓							↓																										13:30										
貸切時間																																																								
15:45																																																								
16:30					自主事業		自由					完		自主事業							喘息児 水泳教室					完		自主事業							完													16:30								
17:30					自主事業		自由					完		自主事業							小学生水泳教室					完		自主事業							完												17:30									
18:30	自由			完			自由							自由							自由							自由							完								自由			18:30										
19:30	遊			完			自由							自由							自由							自由							完								自由			19:30										
20:30				完			自主事業							自主事業							自主事業							自主事業							完								自由			20:30										
21:30				泳										遊							遊							遊							完								自由			21:30										
22:30					↓									遊							遊							遊							完								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																																																								

※ 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 10月27日(月)～31日(金)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	27 (月)							28 (火)							29 (水)							30 (木)							31 (金)							
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	レーン
9:30	自由	完	片	↑	↑	自由	自由	自由	完	片	↑	↑	自由	自由	自由	完	片	↑	↑	自由	自由	自由	完	片	↑	↑	自由	自由	自由	完	片	↑	↑	自由	自由	9:30
10:30				自主事業		自由	自由				自主事業		自由	自由					自主事業		自由	自由				自主事業		自由	自由					自由	自由	10:30
11:30				自主事業		自由	自由				自主事業		自由	自由					自主事業		自由	自由				自主事業		自由	自由					自由	自由	11:30
12:30	遊	完	片	↑	↑	自主事業	自主事業	遊	完	片	↑	↑	自主事業	自主事業	遊	完	片	↑	↑	自主事業	自主事業	遊	完	片	↑	↑	自主事業	自主事業	遊	完	片	↑	↑	自主事業	自主事業	12:30
13:30	貸切時間							貸切時間							貸切時間							貸切時間							貸切時間							13:30
15:45				自主事業		自由	自由				自主事業		自由	自由					自主事業		自由	自由				自主事業		自由	自由					自由	自由	15:45
16:30				自主事業		自由	自由				自主事業		自由	自由					自主事業		自由	自由				自主事業		自由	自由					自由	自由	16:30
17:30				自主事業		自由	自由				自主事業		自由	自由					自主事業		自由	自由				自主事業		自由	自由					自由	自由	17:30
18:30	自由	完				自由	自由	自由	完				自由	自由	自由	完				自由	自由	自由	完				自由	自由	自由	完				自由	自由	18:30
19:30	自由	完				自由	自由	自由	完				自由	自由	自由	完				自由	自由	自由	完				自由	自由	自由	完				自由	自由	19:30
20:30	自由	完				自由	自由	自由	完				自由	自由	自由	完				自由	自由	自由	完				自由	自由	自由	完				自由	自由	20:30
21:30				自主事業		自由	自由				自主事業		自由	自由					自主事業		自由	自由				自主事業		自由	自由					自由	自由	21:30
22:30				自主事業		自由	自由				自主事業		自由	自由					自主事業		自由	自由				自主事業		自由	自由					自由	自由	22:30

※ 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。)