

2025年 文京スポーツセンター 11月1日(土)~2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・土曜日 (実施レーンは監視員にお尋ねください。)

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。

水深1.2M																																									1 (土)								2 (日)																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																															
																																																			6	5	4	3	2	1		小	6	5	4	3	2	1	小	レーン																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																														
レーン																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																

※ 視覚障害パラ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 11月3日(月)～9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・土曜日 (実施レーンは監視員にお尋ねください。)
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。

水深1.2M	3 (月)							4 (火)							5 (水)							6 (木)							7 (金)							8 (土)							9 (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	自由		完		片道↑		自由					片道↑		自由					片道↑		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			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			11:30						
12:30	遊		完		片道↑		自主事業	遊		完		片道↑		自主事業	遊				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	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							13:30							
15:45					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			15:45						
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		自由			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		自由			17:30						
18:30	自由		完		自主事業		自由	自由		完		自主事業		自由	自由		完		自主事業		自由	自由		完		自主事業		自由	自由		完		自主事業		自由	自由		完		自主事業		自由	自由	18:30						
19:30	自由		完		自主事業		自由	自由		完		自主事業		自由	自由		完		自主事業		自由	自由		完		自主事業		自由	自由		完		自主事業		自由	自由		完		自主事業		自由	自由	19:30						
20:30	自由		完		自主事業		自由	自由		完		自主事業		自由	自由		完		自主事業		自由	自由		完		自主事業		自由	自由		完		自主事業		自由	自由		完		自主事業		自由	自由	20:30						
21:30			完		片道↑		自主事業			完		片道↑		自主事業					片道↑		自主事業				完		片道↑		自主事業				完		片道↑		自主事業				完		片道↑		自主事業	21:30				
22:30			完		片道↑		自主事業			完		片道↑		自主事業					片道↑		自主事業				完		片道↑		自主事業				完		片道↑		自主事業				完		片道↑		自主事業	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 11月10(月)～16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・土曜日 (実施レーンは監視員にお尋ねください。)

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。

水深1.2M	10 (月)							11 (火)							12 (水)							13 (木)							14 (金)							15 (土)							16 (日)							レーン					
	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					片道↓	自由		自由			完		片道↑	自由			片道↓	完		片道↑	自由					完		片道↓	自由			自由			9:30				
10:30							片道↓	自由					完		片道↓						片道↓	自由						完		片道↓	自由			片道↓	完		片道↓	完		片道↓	完		片道↓	完		片道↓	完		片道↓	完		自由			10:30
11:30							自主事業	自由					自主事業		自主事業						自主事業	自由						自主事業		自主事業	自由			自主事業	完		自主事業	完		自主事業	完		自主事業	完		自主事業	完		自主事業	完		自由			11:30
12:30		遊泳			完		片道↑	自主事業		遊泳			完		片道↑						片道↓	自主事業		遊泳			完		片道↓	自主事業			片道↓	完		片道↓	完		片道↓	完		片道↓	完		片道↓	完		片道↓	完		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							貸切時間								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								15:45										
16:30							自主事業	自由					完		自主事業						片道↓	完		自由				自主事業		自主事業	自由			自主事業	完		自主事業	完		自主事業	完		自主事業	完		自主事業	完		自由			16:30			
17:30							自主事業	自由					完		自主事業						片道↓	完		自由				自主事業		自主事業	自由			自主事業	完		自主事業	完		自主事業	完		自主事業	完		自主事業	完		自由			17:30			
18:30		自由			完		自主事業	自由					完		自主事業						片道↓	完		自由				自主事業		自主事業	自由			自主事業	完		自主事業	完		自主事業	完		自主事業	完		自主事業	完		自由			18:30			
19:30		自由			完		自主事業	自由					完		自主事業						片道↓	完		自由				自主事業		自主事業	自由			自主事業	完		自主事業	完		自主事業	完		自主事業	完		自主事業	完		自由			19:30			
20:30		自由			完		自主事業	自由					完		自主事業						片道↓	完		自由				自主事業		自主事業	自由			自主事業	完		自主事業	完		自主事業	完		自主事業	完		自主事業	完		自由			20:30			
21:30					完		片道↑	遊泳					完		片道↑						片道↓	完		自由				自主事業		自主事業	自由			自主事業	完		自主事業	完		自主事業	完		自主事業	完		自主事業	完		自由			21:30			
22:30					完		片道↓	遊泳					完		片道↓						片道↓	完		自由				自主事業		自主事業	自由			自主事業	完		自主事業	完		自主事業	完		自主事業	完		自主事業	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 11月17日(月)～23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・土曜日 (実施レーンは監視員にお尋ねください。)
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。

水深1.2M	17 (月)							18 (火)							19 (水)							20 (木)							21 (金)							22 (土)							23 (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							↓	自由						自由								自由								完																				10:30																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
11:30								自由						自由								自由																													11:30																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
12:30		遊			完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊		完		↑	自主事業	遊

※ 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 11月24日(月)～30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・土曜日 (実施レーンは監視員にお尋ねください。)

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。

水深1.2M	24 (月)							25 (火)							26 (水)							27 (木)							28 (金)							29 (土)							30 (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	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完		片	↑	自由	自由		完	

* 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。)