

# 2026年 文京スポーツセンター 3月1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											1 (日)						レーン
											6	5	4	3	2	1	
9:30											片道↑ 完泳↓	↑ 完泳	完泳	自由遊泳	自由遊泳	9:30	
10:30																10:30	
11:30																11:30	
12:30																12:30	
13:30																13:30	
15:45											貸切時間						15:45
16:30											片道↑ 完泳↓	↑ 完泳	完泳	自由遊泳	自由遊泳	16:30	
17:30																17:30	
18:30																18:30	
19:30																19:30	
20:30																20:30	
21:30											21:30						
22:30											22:30						

\* 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。

\* レッソ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。)

# 2026年 文京スポーツセンター 3月2日(月)～8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	2 (月)						3 (火)						4 (水)						5 (木)						6 (金)						7 (土)						8 (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		6	5	4	3	2	1	小
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	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				自主事業		自由	自由				自主事業		自由	自由				自主事業		自由	自由	10:30
11:30																																																		11:30
12:30	遊	完	片	↑	↑	自主	自主	遊	完	片	↑	↑	自主	自主	遊	完	片	↑	↑	自主	自主	遊	完	片	↑	↑	自主	自主	遊	完	片	↑	↑	自主	自主	遊	完	片	↑	↑	自主	自主	遊	完	片	↑	↑	自主	自主	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		自由	自由				完		自主	自主				完		自主	自主				完		自主	自主				完		自主	自主				完		自主	自主				完		自主	自主	16:30
17:30				自主		自由	自由				完		自主	自主				完		自主	自主				完		自主	自主				完		自主	自主				完		自主	自主				完		自主	自主	17:30
18:30	自由	完	片	↑	↑	自主	自主	自由	完	片	↑	↑	自主	自主	自由	完	片	↑	↑	自主	自主	自由	完	片	↑	↑	自主	自主	自由	完	片	↑	↑	自主	自主	自由	完	片	↑	↑	自主	自主	自由	完	片	↑	↑	自主	自主	18:30
19:30	自由	完	片	↑	↑	自主	自主	自由	完	片	↑	↑	自主	自主	自由	完	片	↑	↑	自主	自主	自由	完	片	↑	↑	自主	自主	自由	完	片	↑	↑	自主	自主	自由	完	片	↑	↑	自主	自主	自由	完	片	↑	↑	自主	自主	19:30
20:30	自由	完	片	↑	↑	自主	自主	自由	完	片	↑	↑	自主	自主	自由	完	片	↑	↑	自主	自主	自由	完	片	↑	↑	自主	自主	自由	完	片	↑	↑	自主	自主	自由	完	片	↑	↑	自主	自主	自由	完	片	↑	↑	自主	自主	20:30
21:30	自由	完	片	↑	↑	自主	自主	自由	完	片	↑	↑	自主	自主	自由	完	片	↑	↑	自主	自主	自由	完	片	↑	↑	自主	自主	自由	完	片	↑	↑	自主	自主	自由	完	片	↑	↑	自主	自主	自由	完	片	↑	↑	自主	自主	21:30
22:30	自由	完	片	↑	↑	自主	自主	自由	完	片	↑	↑	自主	自主	自由	完	片	↑	↑	自主	自主	自由	完	片	↑	↑	自主	自主	自由	完	片	↑	↑	自主	自主	自由	完	片	↑	↑	自主	自主	自由	完	片	↑	↑	自主	自主	22:30

- \* 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。)



# 2026年 文京スポーツセンター 3月16日(月)~22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 レーン	16 (月)						17 (火)						18 (水)						19 (木)						20 (金)						21 (土)						22 (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		6	5	4	3	2	1
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	9:30
10:30																																																	10:30
11:30																																																	11:30
12:30	遊	完	片	↑	↑	自主	遊	完	片	↑	↑	自主	遊	完	片	↑	↑	自主	遊	完	片	↑	↑	自主	遊	完	片	↑	↑	自主	遊	完	片	↑	↑	自主	遊	完	片	↑	↑	自主	遊	完	片	↑	↑	自主	12:30
13:30	貸切時間						13:30																																										
15:45	貸切時間						15:45																																										
16:30																																																	16:30
17:30																																																	17:30
18:30	自	完				自	自	完	完			自	自	完				自	自	完				自	自	完				自	自	完				自	自	完				自	18:30						
19:30	自	完				自	自	完				自	自	完				自	自	完				自	自	完				自	自	完				自	自	完				自	19:30						
20:30	自	完				自	自	完				自	自	完				自	自	完				自	自	完				自	自	完				自	自	完				自	20:30						
21:30	自	完				自	自	完				自	自	完				自	自	完				自	自	完				自	自	完				自	自	完				自	21:30						
22:30	自	完				自	自	完				自	自	完				自	自	完				自	自	完				自	自	完				自	自	完				自	22:30						

\* 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。)



