

中村南スポーツ交流センター 10月予定表（プール）

開館時間 9:00～21:30

プール遊泳時間 9:00～21:15

	1 水		2 木		3 金		4 土		5 日		6 月		7 火		8 水		9 木		10 金		11 土		12 日		13 月		14 火		15 水	
コース	1・2	3～6	1・2	3～6	1・2	3～6	1・2	3～6	1・2	3～6	1・2	3～6	1・2	3～6	1・2	3～6	1・2	3～6	1・2	3～6	1・2	3～6	1・2	3～6	1・2	3～6	1・2	3～6	1・2	3～6
9:00～11:00	ワンボ												ワンボ																	
11:00～13:00	自主事業		団体利用	自主事業	自主事業				足腰		団体利用	自由入場制	自主事業		団体利用	自主事業	自主事業													
13:00～15:00	自由入場制		自由入場制	自由入場制	自由入場制						自由入場制	自由入場制	自由入場制		自由入場制	自由入場制	自由入場制													
15:00～17:00	SSC				SSC				喘息児				SSC				SSC													
17:00～19:00																														
19:00～21:00																														
～21:30																														

予定は変更になる場合があります。
あらかじめご了承ください。

21：30 完全退館

	16		17		18		19		20		21		22		23		24		25		26		27		28		29		30		31			
	木		金		土		日		月		火		水		木		金		土		日		月		火		水		木		金			
コース	1・2	3～6	1・2	3～6	1・2	3～6	1・2	3～6	1・2	3～6	1・2	3～6	1・2	3～6	1・2	3～6	1・2	3～6	1・2	3～6	1・2	3～6	1・2	3～6	1・2	3～6	1・2	3～6	1・2	3～6	1・2	3～6		
9:00～11:00	プールのみ休場		プールのみ休場		自由入場制		自由入場制		自由入場制		団体利用		自由入場制		団体利用		自由入場制		自由入場制		自由入場制		自由入場制		団体利用		自由入場制		団体利用		自由入場制		自由入場制	
11:00～13:00																																		
13:00～15:00																																		
15:00～17:00																																		
17:00～19:00																																		
19:00～21:00																																		
～21:30																																		
21：30 完全退館																																		

21：30 完全退館

※自由入場制以外のコースはご利用できません。（白ぬき以外の時間帯での個人利用はできません。）

※団体利用は利用日の7日前までに予約が無い場合、自由入場制となります。

※自主事業については直接お問い合わせください。（東京ドームグループで行うレッスン・教室です。）

プール利用上のお願い

- 水着と水泳帽は必ずご持参ください。
- 小学校3年生以下の方は18歳以上の水着を着た保護者の同伴が必要です。（保護者1人につき子供2人まで）
- 日常生活においてオムツのとれていない幼児を含む排泄コントロールのできない方の利用はできません。（幼児用水遊びパンツも使用できません。）
- 10:50、12:50、14:50、16:50、18:50に各10分間、休憩時間があります。

ご利用時間は、随時入場制で1時間となっております。（超過した場合、延長料金が発生致します。）
※混雑状況によっては入場制限をさせていただく場合がございます。



自主事業プール
レッスン詳細はこちら



※SSC事業については03-5848-9151までお問い合わせください。

（火～金14：00～16：00、水・金19：00～21：00、土10：00～12：00）

ワンボ⇒ワンポイント水泳指導 泳ぎに関するアドバイスが受けられます。（1コース）	火曜日 障がい者専用コース 17:00～19:00（全コース 貸切）
月曜日 しゃきしゃき足腰改善 11：00～13：00（2コース）	月曜日 喘息児水泳教室 16：00～18：00（3コース）

HPはこちら



LINE登録はこちら

