

中村南スポーツ交流センター 12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

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。

	1 月	2 火	3 水	4 木	5 金	6 土	7 日	8 月	9 火	10 水	11 木	12 金	13 土	14 日	15 月
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															
11:00～13:00	足腰	団体利用	自由入場制	団体利用	自主事業	自由入場制	自由入場制	休館日	団体利用	自由入場制	団体利用	自主事業	自由入場制	自由入場制	足腰
13:00～15:00		自主		自主事業	自由入場制	自由入場制	自由入場制		自主	自主事業	自主事業	自由入場制	自由入場制	自由入場制	
15:00～17:00	喘息児				SSC					SSC		SSC			
17:00～19:00		障がい者専用	SSC						障がい者専用						喘息児
19:00～21:00		団体	自由入場制						団体	自由入場制					
～21:30															

21：30 完全退館

	16 火	17 水	18 木	19 金	20 土	21 日	22 月	23 火	24 水	25 木	26 金	27 土	28 日	29 月	30 火	31 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	1・2 3～6
9:00～11:00	団体利用	自由入場制	団体利用	自主事業	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	自主事業	自由入場制	自由入場制	自由入場制	休館日	休館日
11:00～13:00	自主	自主事業	自主事業	自主事業	自由入場制	自由入場制	自由入場制	自主	自主事業	自主事業	自主事業	自由入場制	自由入場制	自由入場制	休館日	休館日
13:00～15:00				SSC							SSC					
15:00～17:00		SSC														
17:00～19:00	障がい者専用							障がい者専用								
19:00～21:00	団体	自由入場制						団体	自由入場制							
～21:30																

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

- 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。



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	火曜日 障がい者専用コース
泳ぎに関するアドバイスが受けられます。（1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	月曜日 喘息児水泳教室
11：00～13：00（2コース）	16：00～18：00（3コース）

HPはこちら



LINE登録はこちら



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。