

高井戸温水プール利用予定表

R7·10·10

25mプール				9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	
11	火	※	6コース	※											歩 行		
			5コース												片道完泳		
		一般開放	4コース	片 道 完 泳											自 由		
			3コース														
			2コース	自 由													
			1コース														
12	水	※	6コース	歩 行		※							歩 行				
			5コース	片道完泳									片道完泳				
		一般開放	4コース	片 道 完 泳									自 由				
			3コース	自 由													
			2コース	自 由													
			1コース														
13	木	※	6コース	※													
			5コース														
		一般開放	4コース	片道完泳													
			3コース														
			2コース	自 由													
			1コース														
14	金	※	6コース	歩 行					※								
			5コース	片道完泳													
		一般開放	4コース	片 道 完 泳													
			3コース	自 由													
			2コース	自 由													
			1コース														
15	土	※	6コース	※	歩 行												
		一般開放	5コース	片 道 完 泳													
			4コース														
			3コース	自 由													
			2コース														
		1コース															
16	日	一般開放	6コース	歩 行													
			5コース	片 道 完 泳													
			4コース														
			3コース	自 由													
			2コース														
			1コース														
17	月		6コース	プール休場													
			5コース	※高井戸地域区民センター休館日													
			4コース														
			3コース														
			2コース														
			1コース														
18	火	※	6コース	※													
			5コース														
		一般開放	4コース	片 道 完 泳													
			3コース														
			2コース	自 由													
			1コース														
19	水	※	6コース	歩 行		※							歩 行				
			5コース	片道完泳									片道完泳				
		一般開放	4コース	片 道 完 泳									自 由				
			3コース	自 由													
			2コース	自 由													
			1コース														
20	木	※	6コース	※													
			5コース														
		一般開放	4コース	片道完泳													
			3コース														
			2コース	自 由													
			1コース														
9				10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21		

2025年 11月

高井戸温水プール利用予定表

※

← 水泳教室または貸切団体が入ります。入らない場合は一般開放になります。

25mプール				9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21			
21	金	※	6コース	歩 行							※								
			5コース	片道完泳															
		一般開放	4コース								片道完泳								
			3コース	自 由															
			2コース	自 由															
			1コース																
22	土	※	6コース	※	歩 行														
			5コース	片 道 完 泳															
		一般開放	4コース																
			3コース	自 由															
			2コース																
			1コース																
23	日	一般開放	6コース	歩 行															
			5コース	片 道 完 泳															
			4コース	片 道 完 泳															
			3コース																
			2コース	自 由															
			1コース																
24	月	一般開放	6コース	歩 行															
			5コース	片 道 完 泳															
			4コース	片 道 完 泳															
			3コース																
			2コース	自 由															
			1コース																
25	火	※	6コース	※												歩 行			
			5コース	片 道 完 泳												片道完泳			
		一般開放	4コース													自 由			
			3コース																
			2コース	自 由															
			1コース																
26	水	※	6コース	歩 行					※							歩 行			
			5コース	片道完泳												片道完泳			
		一般開放	4コース						片 道 完 泳					自 由					
			3コース	自 由															
			2コース	自 由															
			1コース																
27	木	※	6コース	※															
			5コース																
		一般開放	4コース	片道完泳															
			3コース																
			2コース	自 由															
			1コース																
28	金	※	6コース	歩 行							※								
			5コース	片道完泳															
		一般開放	4コース								片道完泳								
			3コース	自 由															
			2コース	自 由															
			1コース																
29	土	一般開放	6コース	歩 行															
			5コース	片 道 完 泳															
			4コース	片 道 完 泳															
			3コース																
			2コース	自 由															
			1コース																
30	日	一般開放	6コース	歩 行															
			5コース	片 道 完 泳															
			4コース	片 道 完 泳															
			3コース																
			2コース	自 由															
			1コース																
				10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21				

サブプール					
1	土		16	日	
2	日		17	月	プール休場
3	月		18	火	10:00～12:00 水泳教室
4	火	10:00～12:00 水泳教室	19	水	10:00～12:00 水泳教室
5	水	10:00～12:00 水泳教室	20	木	
6	木		21	金	12:30～13:30 ワンポイントレッスン
7	金	12:30～13:30 ワンポイントレッスン	22	土	
8	土		23	日	
9	日		24	月	
10	月	15:00～17:30 水泳教室	25	火	10:00～12:00 水泳教室
11	火	10:00～12:00 水泳教室	26	水	10:00～12:00 水泳教室
12	水	10:00～12:00 水泳教室	27	木	
13	木		28	金	12:30～13:30 ワンポイントレッスン
14	金	12:30～13:30 ワンポイントレッスン	29	土	
15	土		30	日	

【利用料金】

- 延長は精算機でお支払いください
- 高齢者割引は平日・土日祝問わず終日対象です(10月1日より)

1 時 間					
大人	250円	障がい者 (大人)	130円	高齢者	130円
子ども	130円	障がい者 (子ども)	70円		

【注意事項】

水泳帽は必ず着用してください	酒気帯びの方・伝染病疾患の方・オムツが完全に取りれていない方は入場できません。
化粧を落として、シャワーを浴びてからご遊泳ください	
泳ぐ前には、準備体操をして、足元からゆっくりお入りください	一般開放中の指導行為や団体行動はご遠慮ください
場内での撮影は、ご遠慮ください(プールギャラリーも含む)	場内では監視員の指示に従ってください
飲食・喫煙はご遠慮ください	ロッカーには必ず鍵をかけ、鍵は身に付けてご遊泳ください
プールサイドには貴金属・時計・携帯電話の持ち込みは禁止です	お車でのご来場はご遠慮頂いています。交通機関をご利用ください
水中眼鏡・シュノーケル・フィンの使用はできません	
石鹸やシャンプーは使用できません	
入れ墨・タトゥーをされている方はサポーター及びラッシュガードの着用をお願いします。	
ドーナツ型の浮き輪・アームヘルパー・ビート版・ヘルパー以外の浮き具の使用はできません。	